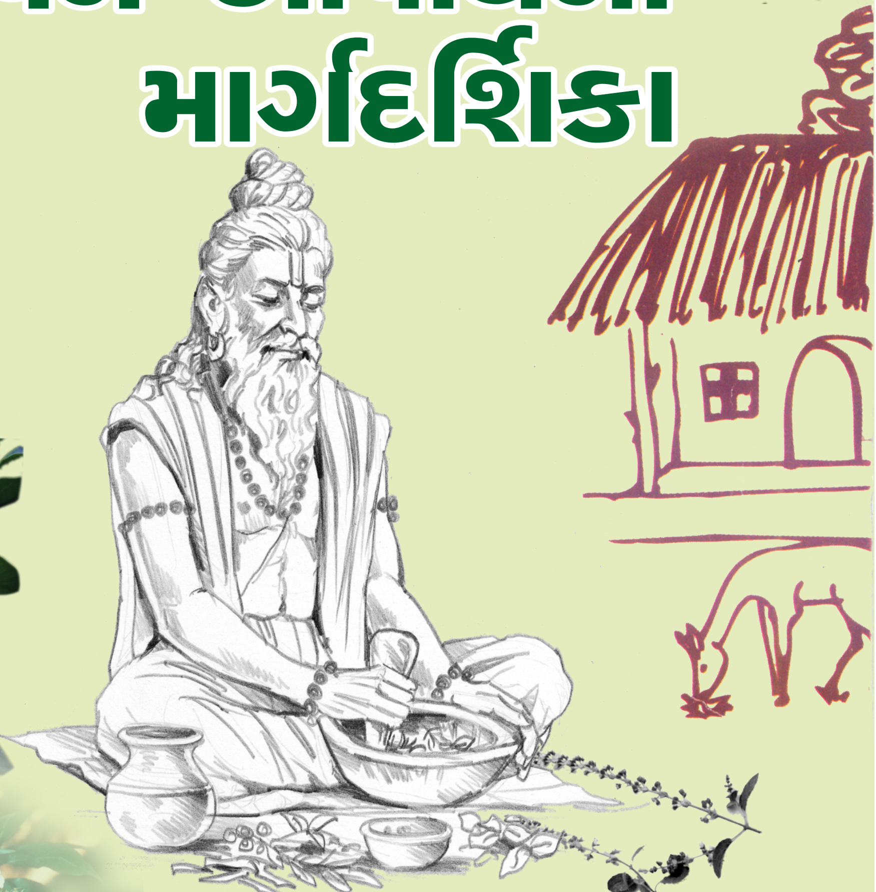




વન ઔષધિની માર્ગદર્શિકા







વન વિભાગ, ગુજરાત રાજ્ય



પ્રસ્તાવના

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં આયુર્વેદિક વિજ્ઞાન તેનું આગવું મહત્વ ધરાવે છે. આજના આધુનિક યુગમાં લોકો આયુર્વેદિક ઔષધિ અંગે સજાગ થયેલ છે. આયુર્વેદિક ઔષધિઓના ઉપયોગથી આડ અસરો થતી નથી એવી લોકોની માન્યતા છે અને ઘણાં લોકોએ અનુભવ્યું પણ છે. જેના લીધે આયુર્વેદિક ઔષધિઓના ઉપયોગનું પ્રમાણ વધતું જાય છે. ગુજરાતમાં થતી વન ઔષધિઓ પૈકી ૧૦૫ જાતની વનસ્પતિઓનો પ્રાથમિક પરિચય આ પુસ્તિકામાં આપવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવેલ છે. આ પુસ્તિકા વધુમાં વધુ લોકો સુધી પહોંચે તે હેતુથી ૨૦૧૭માં તેરમી આવૃત્તિ પ્રકાશિત કરવામાં આવે છે. મને આશા છે કે આ પુસ્તિકા લોકોને આયુર્વેદિક ઔષધિના ઉપયોગ માટે ખૂબ જ ઉપયોગી થશે.

ડૉ. ડી. કે. શર્મા ભા.વ.સે.
અધિક અગ્ર મુખ્ય વન સંરક્ષક
સંશોધન અને તાલીમ
ગુજરાત રાજ્ય, ગાંધીનગર

સંકલન : નાયબ વન સંરક્ષક,
પ્રકાશન અને સંપર્ક વિભાગ,
ગાંધીનગર

પ્રકાશક : પ્રકાશન અને સંપર્ક વિભાગ, ગાંધીનગર

આવૃત્તિ :	પ્રથમ	: સને-૨૦૦૭
	બીજી	: એપ્રિલ-૨૦૦૮
	ત્રીજી	: જૂન - ૨૦૦૮
	ચોથી	: ઓગષ્ટ-૨૦૦૮
	પાંચમી	: ફેબ્રુઆરી- ૨૦૦૯
	છઠ્ઠી	: જૂન - ૨૦૦૯
	સાતમી	: માર્ચ - ૨૦૧૦
	આઠમી	: સપ્ટેમ્બર - ૨૦૧૦
	નવમી	: જૂન - ૨૦૧૧
	દસમી	: જાન્યુઆરી - ૨૦૧૨
	અગિયારમી	: ઓક્ટોબર-૨૦૧૩
	બારમી	: જાન્યુઆરી-૨૦૧૫
	તેરમી	: જુલાઈ-૨૦૧૭

અનુક્રમણિકા

નોંધ : આ પુસ્તિકામાં જણાવેલ ઔષધિઓનો ઉપયોગ કરતાં પહેલાં આ વિષયના નિષ્ણાતની સલાહ લેવી જરૂરી છે.

(૧) અઘેડો

હિન્દી : लटजीरा **વૈજ્ઞાનિક : *Achyranthes aspera***

નાનો વર્ષાયુ છોડ સર્વત્ર થાય છે. ફળ સીધી ડાળી ઉપર થાય છે. અનેક પ્રકારની જમીનમાં, અનેક ડાળીઓ યુક્ત, પાણી પ્રાપ્ય હોય તો ૨-૩ વર્ષ જીવે છે. અઘેડાના **મૂળ** હાથમાં પકડી રાખવાથી કે કમરે બાંધવાથી પ્રસવ પીડા બહુ ઓછી થાય છે. મૂળનું દાતણ કરવાથી પેઢાં મજબૂત બને છે. **બીજને** દૂધમાં ખીર તરીકે પીવાથી અઠવાડિયા સુધી ભૂખ લાગતી નથી. મગજના અનેક રોગો ઉપર આ ખીર ઔષધિ તરીકે વપરાય છે. કફ અને મેદસ્વિતામાં તેમજ ઝેરી જંતુના (વીંછી) દંશમાં વપરાય છે.

(૨) અર્જુન (સાદડ)

હિન્દી : कौह **વૈજ્ઞાનિક : *Terminalia arjuna***

આ એક ભેજવાળા પાનખર, થડ સફેદ અથવા લીલાશ પડતું સફેદ જંગલનું ઝાડ છે. એના પર ધોળા ફૂલ આવે છે. આની **છાલ**નો ઉપયોગ હૃદયરોગમાં ઘણા પ્રમાણમાં થાય છે. તેનું આરિષ્ટ અર્જુનારિષ્ટ, હૃદયરોગના દર્દીઓને પુષ્કળ પ્રમાણમાં સતત આપવામાં આવે છે. હૃદયરોગમાં અર્જુનાદિઘૃત પણ વપરાય છે. તેની અંતઃછાલ સાથે બીજા વસાણાઓ દ્વારા ગાયના ઘીમાં પકવી તૈયાર કરવામાં આવે છે. અર્જુનની છાલમાંથી ઓકઝેલિક એસીડ તૈયાર કરવામાં આવે છે.

(૩) અરડૂસી

હિન્દી : अडूसी **વૈજ્ઞાનિક : *Adhatoda Vasica***

અરડૂસીના છોડ ઘર આંગણે વાવેલા જોવા મળે છે તેની ડાળી જમીનમાં લગાવવાથી તેનો છોડ તૈયાર થઈ જાય છે. તેનાં પાન જામફળ જેવાં પણ અણીદાર લાંબા હોય છે. તેનાં પર ધોળાં ફૂલ બેસે છે. જે સિંહના મોઢા જેવા હોવાથી તેને સિંહાસ્ય પણ કહે છે. તેના પાંદડા શ્વાસ કાસની ઘણીજ જાણીતી દવા છે. ખાંસી ક્ષયની તે ઉત્તમ દવા છે. દુનિયામાં જ્યાં સુધી અરડુસી છે ત્યાં સુધી ક્ષય રક્તપિત્તવાળાએ ગભરાવવાની જરૂર નથી. વૈદકમાં તેના ઘણાં યોગો બનાવીને વાપરવામાં આવે છે. તે અતિ કડવી હોય છે. પરંતુ પેટમાં દવારૂપે લીધા બાદ અમૃતનું કામ કરે છે.

(૪) અરીઠા

હિન્દી : अरीठा **વૈજ્ઞાનિક : *Sapindus laurifolius***

અરીઠાનાં ઝાડ જૂજ જ જોવા મળે છે. અરીઠું ઘણું વિષનાશક છે. તેનો ઉપયોગ સર્પ વિષ, સોમલ, વચ્છનાગ, અફીણ, મોરથુથું વગેરેની ઝેરી અસરને દૂર કરવા માટે થાય છે. **અરીઠાનું પાણી** કરી પીવડાવવાથી ઉલટી થઈ બધું ઝેર નીકળી જાય છે. ઝેરી અસર દૂર કરવા તેનાં **ફીણને** આંખમાં આંજવામાં આવે છે. પણ થોડા સમય બાદ તેની બળતરા દૂર કરવા માટે ઘી આંજવું જરૂરી છે. ફેફરૂ આવે ત્યારે તેનું ફીણ આંજવામાં આવે છે. તેના પાણીથી ગરમ તથા રેશમી કાપડ સાફ થાય છે. તે જ પ્રમાણે માથું ધોવામાં પણ તેનું પાણી ઘણું વપરાય છે. ઘરેણાંનો મેલ સાફ કરવા માટે અરીઠાનું પાણી સોની લોકો વાપરે છે. અરીઠા, આમળાં, શિકાકાઈ તથા કપૂરકાછલી પાવડરના પાણીથી શરીર તથા માથુ ધોવું શ્રેષ્ઠ છે.

(૫) અશ્વગંધા

હિન્દી : अश्वगंधा **વૈજ્ઞાનિક : *Withania somnifera***

લીલાશ પડતા પીળા રંગનો સૂક્ષ્મ ફૂલવાળો છોડ પડતર ખુલ્લા વિસ્તારમાં જોવા મળે છે. લાલ રંગના ફળ બાહ્ય દલપુંજની અંદર ઢંકાયેલા રહે છે. હાલ આની ખેતી કરાવવામાં આવે છે આની અનેક પેટા પ્રજાતિઓ વિકસાવવામાં આવેલ છે. પાનની લૂગદી ચામડીના રોગમાં તેમજ અશ્વગંધા ક્ષય રોગ, નબળાઈ અને ગાંઠ વગેરેમાં કામમાં આવે છે. તે મૂત્રલ છે. મૂળને વાટીને અથવા ઘસીને ફોલ્લા, ઘા, સોજા પર લગાડાવમાં આવે છે. ડાયાબીટીસમાં તથા લોહીના નીચા દબાણમાં **મૂળ** ઉપયોગી છે. અશ્વગંધા શક્તિવર્ધક છે. અશ્વગંધા દૂધ અને સાકર સાથે લેવાથી વધુ ફાયદો કરે છે.

(૬) આંકડો

હિન્દી : अर्स, मदार **વૈજ્ઞાનિક : *Calotropis gigantia***

બધે જ થતો ક્ષુપ છે. તેના પાન વડના જેવા પણ જાડા હોય છે. તેના જાંબુડી તથા સફેદ એમ બે જાતના ફૂલ થાય છે. તેના ફળ પાકી સૂકાઈ ફાટવાથી રૂ નીકળે છે. તે ઉપયોગમાં લેવાય છે. શરીરની વેદના પર બાહ્ય ઉપચાર તરીકે તેનું **દૂધ** ચોપડાય છે અથવા આંકડાના **પત્તાને** દીવેલ ચોપડી ગરમ કરી શેક કરવામાં આવે છે. આકડાના ફૂલને માટલામાં પાથરી ઉપર અજમો, સિંધવ ભભરાવી ફરી **ફૂલ** પાથરી, અજમો, સિંધવ, ભભરાવવા આ પ્રમાણે આખુ માટલું ભરી મોં પર ઢાંકણ મૂકી કપડું માટીથી સીવી દઈ માટલાને નીચે ઉપર ચારે બાજુ છાણાનો તાપ આપવો, ઠંડુ થયે માટલું ખોલી તેમાંથી મળેલો ફૂલનો આખો ગટ્ટો કાઢી વાટી લેવાથી, ગેસ, ઝાડા, ખાંસી, દમ વગરેમાં સારો લાભ કરે છે. આકડો વાતાવરણને ઠંડો રાખે છે. તે કુદરતનું Air Conditioner છે જે જમીન તથા હવામાનને ભેજવાળું અને ઠંડુ રાખે છે.

(૭) આદૂ

હિન્દી : आदी, अद्रख **વૈજ્ઞાનિક : *Zingiber officinale***

આદુનો છોડ લગભગ બે ફૂટ ઊંચો થાય છે. તેના પાન વાંસનાં ઝાડને મળતાં આવે છે. છોડની વૃદ્ધિ પ્રમાણે જમીનમાં તેનાં મૂળમાં આદુના કાતરા એટલે કે ગાંઠો લાગે છે. આદુને છોલી સૂકવી લેવાથી સૂંઠ તૈયાર થાય છે. બંગાળ, ચેન્નાઈ, જમૈકાબેટ, ધ્રાંગધ્રા વગેરે સ્થળોથી પુષ્કળ પ્રમાણમાં સૂંઠ આવે છે. આપણા રોજના ખોરાકમાં દાળશાકમાં આદુ, સારા પ્રમાણમાં વાપરીએ છીએ. આદુ ખોરાક પચાવવામાં ઘણું સારૂ કામ કરે છે. અજીર્ણ પર આદુનો રસ, લીંબુનો રસ, સિંધવ મેળવીને લેવાથી સારો લાભ થાય છે. ગરમ ઘીમાં ગોળ મેળવી એક રસ થાય ત્યારે સૂંઠનો પાવડર મેળવી હૂંફાળુ ખાવાથી ખાંસીનો કફ પાકીને નીકળી જાય છે. વાયુના વિકારો ઉપર તે વાપરી શકાય, આદુ અમૃત તુલ્ય છે. આદુના બીજા અનેક ઉપયોગ છે. આદુની ખેતી થાય છે.

(૮) આંબળા

હિન્દી : **आँवला** વૈજ્ઞાનિક : ***Emblica officinalis***

આંબળાનાં ઝાડ ભારતના બધા પ્રાંતોમાં જોવા મળે છે. આંબળા જંગલમાં પણ આપમેળે થાય છે. આંબળાનું ઝાડ સૂકા પાનખર જંગલમાં થાય છે. તેના પાંદડા આમલી જેવા હોય છે. તેના પર દિવાળી એટલે કારતક મહિને ફળ લાગી જાય છે અને તે ફળ આપણને પોષ-મહા મહિના સુધી બજારમાં વેચાતા મળે છે. આંબળા શરીરને મજબૂત કરનાર, ઘડપણને દૂર કરનાર તથા પિત્તશામક છે. આંબળાને ધાત્રી એટલે દાયણ, જેમ દાયણ બાળકને માની ગરજ સારી સ્તનપાન કરાવી પોષે છે. તેમ આંમળું શ્રેષ્ઠ પોષક છે. આપણે આજકાલ આંબળાની બનાવટ, ચ્યવનપ્રાશ ઘણો વાપરીએ છીએ. જેનાથી શરીરનું સપ્રમાણ પોષણ થઈ ઘડપણ દૂર થાય છે. આંબળાનો મુરબ્બો તથા અથાણું પણ વપરાય છે. આંબળાના કટકા કરી મીઠું મેળવી સૂકવણી કરી ખાવાથી સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. માથાનો ખોડો, મેલ તથા શરીર પરના મેલને સાફ કરવા માટે આંબળા, શિકાકાઈ, અરીઠા, કપુરકાચલી આ બધાનો પાવડર કરી પાણીમાં પલાળી તે પાણીથી માથું તથા શરીર ધોવાથી મેલ કપાઈ શરીર સુવાળું થાય છે, તેમજ વાળ કાળા થાય છે. ત્રિફળામાં આંબળા વપરાય છે. આંમળાનું શરબત ઘણું રૂચિકર તથા ગરમી દૂર કરનાર છે. આંબળાને સંસ્કૃતમાં અમૃતા કહે છે.

(૯) આમલી

હિન્દી : **इमली** અંગ્રેજી : **Ambli** વૈજ્ઞાનિક : ***Tamarindus indica***

આમલીનાં ઝાડ આપણા દેશમાં બધે જ જોવા મળે છે. આમલીના **ફૂલ** ખાટા સ્વાદિષ્ટ રૂચિકર હોય છે. આમલીનું **બી** મહા, ફાગણ મહિનામાં પાકીને તૈયાર થાય છે. તેના ઉપરનું કડક છોડું તથા અંદરના બી-કચૂકા કાઢી મીઠું ભેળવી સંગ્રહ કરવામાં આવે છે. આમલી રૂચિકર-પિત્તનાશક તથા વિરેચક છે. દાળ-શાકમાં તે મેળવી વાનગીને સ્વાદિષ્ટ બનાવાય છે. ઉનાળામાં પિત્તશમન માટે તેના પાણીમાં ગોળ મેળવી સેવન કરવામાં આવે છે. દસ્ત સાફ લાવવાવાળી હોવાથી રસોઈમાં વપરાય છે. વધારે ઝાડા થાય ત્યારે ચોખાના ઓસામણની સાથે આમલીનું પાણી મેળવી આપવાથી મટે છે. વીંછીના ડંખ પર **કચૂકાને** ઘસીને લગાડવાથી તે ચોંટી જશે અને ઝેર શોષી છૂટો પડે છે. આમલીનું ઝાડ હવામાન સુધારે છે, પ્રદૂષણ અટકાવે છે. અવાજનું પ્રદૂષણ પણ અટકાવે છે.

(૧૦) મીંઢી આવળ

હિન્દી : सौनामुखी | **વૈજ્ઞાનિક : *Cassia italica***

મીંઢી આવળના વેલા જમીન પર પથરાય છે. તેનાં પાન લંબગોળ હોય છે. વેલા પર ફૂલ સોનેરી ભાદરવાથી ફાગણમાસ સુધી બેસે છે. તેના પર ચપટી શીંગો આવે છે. છોડ ૪-૬ માસનું જ આયુષ્ય ધરાવે છે. તેની ખેતી થાય છે. ભારે વરસાદ અને અતિ ઠંડુ હવામાન તેને માફક આવતું નથી. મીંઢી આવળનું સેવન પેટનો આફરો, ગોળો, કરમિયા તથા આમળને દૂર કરે છે. વિરેચન માટે મીંઢી આવળના **પાન**ને રાત્રે પલાળીને સવારે ગાળી લેવા અથવા તેનો ઉકાળો કરી પીવો.

સ્વાદિષ્ટ વિરેચન ચૂર્ણ : મીંઢી આવળ ૧૫ તોલા, જેઠી મધ ૫ તોલા, વરીયાળી ૫ તોલા, ગંધક ૫ તોલા, સાકર ૩૦ તોલા, આ બધાનું જુદું જુદું ચૂર્ણ કરવું. ગંધક તથા મીંઢી આવળને સાથે ઘૂંટી તેને બાકીના દ્રવ્યો સાથે મેળવી ચાળી લેવું.

(૧૧) આવળ

હિન્દી : असा | **વૈજ્ઞાનિક : *Cassia auriculata***

પુવાડિયાના પાન જેવા પાનવાળાં ત્રણચાર હાથ ઊંચા પીળાં રંગના ગુચ્છાવાળા ફૂલોથી ભરેલ છોડ થાય છે. તેની **છાલ** ચામડા રંગવાના કામમાં આવે છે પગ મચકોડાઈને સોજો આવે ત્યારે તેના પર **પાંદડા** બાફી બાંધવાથી સારો લાભ થાય છે. સગર્ભા સ્ત્રીને ઉલ્ટી થાય ત્યારે આવળનાં **ફૂલ** ૧ તોલો લઈ ગાયના દૂધમાં વાટી પીવાથી ઉલ્ટી મટે છે. મુત્રાઘાતમાં તેનાં બી પાણીમાં વાટી પીવાથી મટે છે. નદી કિનારાના કાંઠા તેમજ ગામડાની ભાગોળે અચૂક જોવા મળે છે. ફૂલ ગુચ્છમાં અહીં સુંદર દશ્ય શોભાવે છે.

(૧૨) અશોક

હિન્દી : **अशोक**	વૈજ્ઞાનિક નામ : ***Saraca asoca***

સદાહરિત વિશાળ વૃક્ષ બાગ બગીચામાં ઉછેરવામાં આવે છે. સંયુક્ત ડાળીઓ પર મોટી સંખ્યામાં અને ઘણા **પાન** લાગે છે. ફૂલ ચળકતા નારંગી, લાલ-પીળા રંગના ગુચ્છામાં આવે છે. ફૂલની સીઝનમાં અહીં સુંદર દ્રશ્ય ઉત્પન્ન કરે છે. અશોકની **છાલ**ને સૂકવીને ખાવાથી માસિક ધર્મ સમયે અત્યાધિક રક્તસ્ત્રાવને રોકે છે. ગર્ભાશયને માટે શામક છે. **ફૂલોને** પાણી સાથે વાટીને લોહીવાળા અતિસારમાં તેમજ **બીજ** પ્રમેહ મટાડવા માટે ઉપયોગી છે. અશોક વૃક્ષને પૂર્ણ ફૂલોની અવસ્થામાં જોવો એક લ્હાવો છે.

(૧૩) આંબો

હિન્દી : **आम** : અંગ્રેજી : **Mango**	વૈજ્ઞાનિક નામ : ***Mangifera indica***

આંબાના ઝાડ ભારત દેશમાં બધા પ્રાન્તોમાં જોવા મળે છે. આંબાની અનેક જાતો હોય છે. આંબા પર વર્ષમાં એકવાર શિયાળામાં મોરના ફૂલ આવે છે અને તેના પર કેરીઓ થઈ તે ઉનાળામાં પાકે છે, પાકી કેરીનો **રસ** ઘણો મધુર સ્વાદિષ્ટ તેમજ બધાને ગમે છે. તેના સેવનથી શરીરમાં સારા પ્રમાણમાં લોહી વધે છે. કાચી કેરીના જાત જાતના અથાણાં બનાવાય છે. તેમજ ઉનાળામાં કાચી કેરીના છીણનો **રસ** નીચોવી તેમાં ગોળ કે ખાંડ મેળવી પીવાથી ગરમીનો સંતાપ (લૂ) દૂર થાય છે. કેરીનો મુરબ્બો બનાવીને ખાવામાં વપરાય છે. પાકી કેરીના રસને ડબ્બાઓમાં પેક કરી ગમે તે ઋતુમાં રસનો સ્વાદ માણી શકાય છે. આપણા દેશના દરેક ગામડામાં આંબાવાડિયું તો હોય છે.

(૧) કેરીની **ગોટલીનું** ચૂર્ણ કરી દહીં સાથે આપવાથી ઝાડા મટે છે. તેમજ કરમિયા પણ મટે છે.

(૨) **ગોટલીનું** ચૂર્ણ મધ સાથે આપવાથી દૂઝતા હરસ અને સફેદ પ્રદર મટે છે.

(૩) નસકોરી ફૂટે ત્યારે ગોટલીનો રસ નાખવો જોઈએ.

(૪) વીંછી ડંખે કે તરત કેરીનો ચીક લગાવવાથી મટે છે.

(૧૪) અરણી

હિન્દી :**अरणी** વૈજ્ઞાનિક નામ : ***clerodendron phlomidis***

આપણા ગુજરાતનાં ગામડામાં ખેતરોની વાડોમાં અરણીના છોડ પાંચથી દસ ફૂટ ઊંચા પુષ્કળ પ્રમાણમાં ઊગી નીકળે છે. તેના પાનને મસળવાથી સહેજ ચીકાશ પડતો લીલા રંગનો રસ નીકળે છે. આ રસ ચટપટો (તીખાશ પડતો) અને ખારાશ પડતા કડવા સ્વાદવાળો હોય છે. અરણીની છાલ ધોળાશ પડતી ફિક્કી ભૂખરા રંગની હોય છે. તેને કારતક-માગશરમાં ધોળા, સુંદર, સુગંધીદાર ફૂલો આવે છે. તેના ફળ નાના, લીસાં અને ચળકતા હોય છે. ઔષધમાં અરણીના **પાન** અને **મૂળ** વપરાય છે. અરણીના **પાન**નો ઉકાળો, શીતળા, ઓરી વિસ્ફોટ, પરુવાળો પ્રમેહ, ફિરંગજન્ય તાવ, પ્રસૂતિ જ્વર, પુનરાવર્તક જ્વર અને જીર્ણ જ્વર વગેરે રોગોમાં ફાયદાકારક છે. એના **મૂળ**નો ઉકાળો લેવાથી લોહીમાં રહેલું ઝેર બળી જાય છે, જેથી ઘણા ચામડીના રોગો મટે છે. અરણીના પાન મસા-પાઈલ્સ, કબજિયાત, આમવાત, વિષ, મેદોરોગ અને ખાસ કરીને સ્ત્રીઓના શૂળાદિ યોનિરોગોને મટાડે છે. ગર્ભાશય પર અરણી મહત્ત્વનો પ્રભાવ પાડે છે. જ્યારે સગર્ભાને રક્તસ્ત્રાવ થાય ત્યારે ગર્ભસ્ત્રાવ કે ગર્ભપાત બંધ કરવા માટે તેનો ઉપયોગ થાય છે. પ્રસૂતિ પછી ગર્ભાશયનું સંકોચન કરાવવામાં અથવા પ્રસવ પછી ગર્ભાશયને તેની મૂળ સ્થિતિમાં લાવવા માટે તેનો ઉપયોગ મદદરૂપ બને છે. કેટલાક વિદ્વાનો અરણીને જ્વરઘ્ન, જંતુઘ્ન, ચિરગુણકારી, પૌષ્ટિક ગણે છે. જ્યારે કેટલાક વિદ્વાનો તેને અર્શ-મસા, ઉદરશૂળ, મળાવરોધ, વિષપ્રકોપ અને મેદ-ચરબીની વૃદ્ધિને દૂર કરનારી ગણે છે. આંખોના રોગો, શરદી અને વિષ-ઝેર સેવનમાં તથા ઊબકા-ઊલટીમાં તેનું સેવન ખૂબ હિતકારી બને છે. અરણી ઉષ્ણ-ગરમ, તીખી, કડવી, તુરી, મધુર અને જઠરાગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર છે. અરણી સોજો, કફ, વાયુ અને પાંડુરોગને મટાડે છે. આમ, અરણી શોધઘ્ન, કફઘ્ન અને વાયુને હરનાર છે.

અરણીના ઉપચાર પ્રયોગોમાં : ● અરણીના પાનનો રસ એક ચમચી એટલા જ મધમાં મેળવી સવાર-સાંજ લેવાથી ઉધરસ મટે છે. ● અરણીના પાનનો રસ એક ચમચી મેરીનું ચૂર્ણ નાખી સવાર-સાંજ પીવાથી સળેખમ મટે છે. ● અરણીના પાનનો રસ બે ચમચી સવાર-સાંજ લાંબો સમય લેવાથી શરીરનો મેદ-ચરબી ઓગળી જાય છે. ● અરણીના મૂળનું ચૂર્ણ પા ચમચી જેટલું એક ચમચી

ઘીમાં મેળવી સવાર-સાંજ ચાટવાથી શીતપિત્ત-શીળસ મટે છે. ● અરણીના મૂળનો એક ચમચી ભૂક્કો કરી તેનો ફાંટ કે ઉકાળો બનાવી સવાર-સાંજ પીવાથી ઈક્ષુમેહ-સાકરિયા પ્રમેહમાં સારો ફાયદો થાય છે. ● અરણીનાં તાજાં ફૂલનો રસ એક ચમચી એટલું જ મધ મેળવી સવાર-સાંજ પીવાથી સ્ત્રીઓને થતો રક્તપ્રદરનો રોગ મટે છે. ● અરણીના ફૂલ સૂંઘવાથી શરદી અને તેથી થતો માથાનો દુઃખાવો મટે છે.

(૧૫) એરંડો

હિન્દી : रेंड संस्कृत : એરંડ વૈજ્ઞાનિક નામ : *Ricinus communis*

દિવેલાનો છોડ અથવા એરંડો બધે જ જોવા મળે છે. તે વર્ષાયુ છે, પરંતુ ૨-૩ વર્ષ પણ જીવે છે. એરંડા લાલ અને ધોળા એમ બે જાતના હોય છે. દિવેલામાંથી તેલ કાઢવામાં આવે છે. **દિવેલા** ઝાડો સાફ લાવવા માટે જુલાબ તરીકે વપરાય છે. અનાજને દિવેલથી મોળવીને રાખવાથી બગડતું નથી. તેમાં કીડા પડતાં નથી. સાંધાનો દુઃખાવો થાય ત્યારે સૂંઠનાં ચૂર્ણમાં દિવેલ ભેળવી તેનો લાડુ બનાવવો. પછી તેની ચારે બાજુ દિવેલના **પાન** લપેટી તેના પર દોરી વીંટી એક આંગળ જાડો ચીકણી માટીનો લેપ કરવો. પછી છાણામાં પકવવું. અંદરના લાડુનો પાવડર કરી સવાર સાંજ ૧-૧ ચમચી લેવાથી ઘણો ફાયદો થાય છે. શેક કરવામાં પણ દિવેલ વપરાય છે. અન્ય ઉપયોગ પણ ઘણાં છે.

(૧૬) ઈન્દ્રજવ

હિન્દી : कूडा વૈજ્ઞાનિક : *Wrightia tomentosa*

૬ થી ૮ ફૂટ ઊંચું પાનખર જંગલી ઝાડ છે. બદામના પાન જેવાં તેના પાન થાય છે. તેનાં ફૂલનું શાક થાય છે. તેની શીંગો લાંબી હોય છે. શીંગોમાંથી જવની આકૃતિના બી નીકળે છે. તેને ઈન્દ્રજવ કહે છે. તે ઘણાં કડવા હોય છે. ઈન્દ્રજવનાં ઝાડ કાળા અને ધોળા ભેદથી બે જાતનાં હોય છે. કરમિયા ઉપર ઈન્દ્રજવના મૂળ સાથે વાવડિંગ મેળવી અપાય છે. ખોડા પર ઈન્દ્રજવની **છાલ**ને સિંધવ મેળવી ગોમૂત્ર સાથે લેપ કરવો. પથરી પર ઈન્દ્રજવની છાલ દહીંમાં ઘસી પીવડાવવાથી ફાયદો થાય છે. તેનો ખાસ ઉપયોગ ઝાડા થતાં હોય ત્યારે થાય છે. મરડાની દવા છે. કૂરજાષ્ટકવટી અથવા કૂરજધનવટી કૂરજાવદ વગેરે બનાવટો મરડામાં બહુજ વપરાય છે. કૂડાની સીંગો ઈન્દ્રજવ કરતાં નાની અને જાડી હોય છે.

(૧૭) ઉમરડો (ઉંબરો)

હિન્દી : **उदुम्बर, गूलर** વૈજ્ઞાનિક : ***Ficus racemosa***

ઉમરડાનું ઝાડ ખૂબજ જાણીતું છે. તે સદાહરિત છે. તેના પર અંજીર જેવાં ફળ આવે છે, જે ફળ પાકે ત્યારે ગુલાબી આકર્ષક રંગના થાય છે. તે ખાવામાં મીઠા સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. તેનાં કાચા ફળનું શાક થાય છે તેની છાયા શીતળ છે. ઉમરડાની ઝાડની જમણી બાજુ ખોદવાથી જમીનમાંથી પાણીનાં ઝરણાં મળે છે. લોકો ઉમરડાના ઝાડ પાસે કૂવો ખોદાવી પાણી મેળવે છે. વાયુથી જકડાઈ ગયેલા અંગ પર ઉમરડાનું **દૂધ** ચોપડી રૂ ચોંટાડવાથી તે મટે છે. બળતરા થતી હોય તો ઉમરડાનું દૂધ સાકર મેળવી આપવું. વડ, પીંપળો, ઉમરડો આ ત્રણ **છાલ** સરખે ભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી પાણીમાં મલમ બનાવી ગમ ગુમડા પર લગાડવાથી મટે છે. ઉમરડાના પાનની લુગદી ગમે તેવા તાજા ઘા પર બાંધવાથી તે જલ્દીથી રૂઝાય છે. ઉદુંબટ વાતાવરણને ઠંડુ રાખે છે. ખૂબ જ ઝડપથી વધે છે.

(૧૮) કડાયો

હિન્દી : **कडायो** વૈજ્ઞાનિક : ***Sterculia urens***

મોટા કદનું સૂકું પાનખર વૃક્ષ પથરાળ-ડુંગરાળ જંગલોમાં જોવા મળે છે. પાનખર ઋતુ પછી ડાળીઓ-થડનો રંગ સફેદથી ગુલાબી થાય છે. પાન ગુલાબી લીલા રંગના લંબગોળ તથા છાલ ચાઠાંવાળી ઉખડેલી જોવા મળે છે. પાકા ફળ લાલ રંગના કવચ સાથે જોડાયેલા રહે છે. કડાયાનો **ગુંદર** કપડાનાં રંગકામ તેમજ દવાઓ-ટેબલેટ બનાવવામાં ઉપયોગી છે. પાણીમાં પલાળવાથી ફૂલે છે. ગુંદરમાં રેચક ગુણ છે. ચામડી ઉપર લગાડવા, ગળુ આવે ત્યારે, નકલી દાંતના મસાલામાં, દરેક જાતની મીઠી ગોળીઓ, ચટણી વગેરે બનાવવામાં ઉપયોગી છે.

(૧૯) કરમદા

હિન્દી : करौंदा **વૈજ્ઞાનિક : *Carissa carandas***

હંમેશ લીલું રહેતું (એવરગ્રીન) કાંટાળુ અને મધ્યમ કદ નું ક્ષૃપ છે. જંગલમાં તેમજ વગડામાં જોવા મળે છે. આછી ગુલાબી ઝાંખ ધરાવતા સફેદ અને મંદ સુગંધવાળાં પુષ્પો પર પ્રથમ લીલાં, અને પાકતાં ઘેરા જાંબુડિયા અથવા કાળા રંગના ચીક્કટ રસ ધરાવતા ફળો બેસે છે. જે કરમદાં તરીકે પાકેલી અવસ્થામાં ખાવામાં અને મુરબ્બો બનાવવામાં વપરાય છે. શીતકારક, શરીરની ગરમી હણી લેનાર અને પેટની જીવાતના નાશક ગણાય છે.

(૨૦) કરિયાતુ લીલુ

હિન્દી : करीयातु **વૈજ્ઞાનિક : *Andrographis paniculata***

છોડ ચોમાસા અને શિયાળામાં થાય છે. વર્ષાયુ, થડ ચોરસ, પાન લાંબા તરંગિત પર્ણો, જાંબલી છાંટવાળા સફેદ નાના ફૂલ થાય છે. આખો છોડ રૂંવાટી રહિત ચળકાટ મારતો નાજુક હોય છે.

પર્ણ સહિતના **છોડનો** પાણીમાં ઉકાળો બનાવી તાવમાં લેવામાં આવે છે. તે શક્તિવર્ધક, તાવરોધક અને કૃમિનાશક તરીકે વપરાય છે. મધૂપ્રમેહના દર્દમાં અસકારક છે. અતિ કડવું પણ દવા તરીકે અમૃત છે.

(૨૧) કરંજ

હિન્દી : करंज **વૈજ્ઞાનિક : *Pongamia pinnata***

અતિ સુંદર મધ્યમ કદનું સદાહરિત વૃક્ષ નદીનાં કાંઠા કોતરોમાં ઉગેલું જોવા મળે છે. પાન ૫-૭ કાયમી લીલા, ચળકતા તથા ફૂલ ગુલાબી સફેદ હોય છે. સુશોભિત વૃક્ષ તરીકે રસ્તા, નહેર, રેલ્વે લાઈન ઉપર ઉછેરવામાં આવે છે. આના વૃક્ષને જ્યારે ફૂલ આવે છે ત્યારે વૃક્ષ અતિ સુંદર લાગે છે.

બીજમાંથી **તેલ** કાઢવામાં આવે છે જે ચામડીના રોગોમાં સંધિવા મટાડવામાં તેમજ સાબુ ઉદ્યોગમાં વપરાય છે. **છાલ** લોહી ટપકતા મસામાં, **પાન** વાટીને લેપ જખમમાં **મૂળરસ** સોજામાં, ચાંદા સાફ કરવામાં વપરાય છે.

(૨૨) કાંચકા

હિન્દી : **सागरगोटा, कांचका** વૈજ્ઞાનિક : ***Caesalpinia crista***

વેલની જેમ આધાર સાથે ચડતો કાંટાળો છોડ પાણીવાળા ભાગમાં ચોમાસામાં વગડામાં અથવા વાડ પર જોવા મળે છે. બારેમાસ લીલો રહે છે. પીળા ફૂલ ખરી પડ્યા બાદ સખત કવચવાળા ઘેરા કથ્થઈ રંગના લગભગ ચોરસ ચપટા ફળ બેસે છે. બીજને કાકચિયા કે સાગરગોટા કહેવાય છે. જે પેટની વ્યાધિમાં અને તાવ મટાડવામાં ખૂબ ઉપયોગી ગણાય છે. દાહક બળતરા થતા શારીરિક જખમો પર એરંડા તેલમાં શેકી તેના કુમળા પાન લગાડવાથી રાહત થાય છે. તેના બીજનું તેલ જ્ઞાનતંતુને કારણે ઉદ્‌ભવતી વ્યાધિમાં ઉપયોગમાં લેવાય છે.

(૨૩) કાજુ

હિન્દી : **काजू** વૈજ્ઞાનિક : ***Anacardium occidentale***

કાજુના ઝાડ ડુંગરાળ પ્રદેશમાં તેમજ જંગલોમાં થાય છે. આફ્રિકા અને દક્ષિણ ભારતમાં તે પુષ્કળ થાય છે. તેની ખેતી પણ થાય છે. તેના પાના લાંબા જાડા ચળકાટ મારતા હોય છે. ઝાડ પર માગશરથી ફાગણ સુધી ફૂલ અને ચૈત્રથી જેઠ માસ સુધી ફળ આવે છે. ફળ રંગબેરંગી હોય છે. તેની નીચે કિડની આકારનો ડુંટો હોય છે. રંગબેરંગી ફળ સ્વાદિષ્ટ હોય છે. તે ખાઈ શકાય. ડુંટો કાઢી શેકીને તેમાંથી કાજુ કાઢવામાં આવે છે. કાજુ એ ધાતુ પુષ્ટિકારક છે. તે બળ આપનાર રૂચિકર અને બુદ્ધિવર્ધક છે. માટે તે ખૂબ વપરાય છે. કાજુની નિકાસ થાય છે.

(૨૪) કાળીજીરી

હિન્દી : વૈજ્ઞાનિક : ***Centratherum anthelminticum***

લાંબો સીધો, કોમળ થડવાળો છોડ પડતર જમીનમાં ઉગે છે. તેના થડ અને પાન પર બારીક રૂંવાટી હોય છે. પાનના કિનારે દાંતા અને આધાર ભાગ સાંકળતો હોય છે. ફૂલ ગુલાબી રંગના ગુચ્છામાં થાય છે. વર્ષાયુ છોડ છે.

બીજ કૃમિનાશક તરીકે ઉપયોગી છે. તે ઉત્તેજક એન્ટી સેપ્ટિક અને મૂત્રવર્ધક ગુણ ધરાવે છે. બીજ ખાવાથી મધુપ્રમેહને અંકુશમાં રાખે છે.

(૨૫) કેળ

હિન્દી : केल, केला, कहली — **વૈજ્ઞાનિક : *Musa sapientum***

કેળ લગભગ ભારતમાં બધે થાય છે કેળ ઉપર ત્રણ ફૂટ લાંબા અને દોઢ ફૂટ પહોળાં પાન થાય છે. કેળ એ વર્ષાયુ છોડ છે. તેનું થડ એ ખરેખર થડ નથી પરંતુ અનેક પર્ણોના દંડથી બનેલું સ્તંભ છે. **પાન**નો પતરાળા તરીકે ઉપયોગ થાય છે. કેળ એકજ વાર ફળે છે. ત્યારબાદ તેને ખોદીને કાઢી નાખવામાં આવે છે. તેના ફૂલવાળા દાંડા ઉપર ચારેબાજુ કેળાં લાગે છે. ફૂલનો દંડો કાપીને તેનું શાક બનાવી શકાય છે. પોષાયેલાં કેળાંવાળો દાંડો કાપી તેને પકવવામાં આવે છે. પાકાં કેળા પુષ્ટિકારક, બળવર્ધક અને સ્વાદિષ્ટ હોય છે. પ્રદર તથા ધાતુ વિકાસમાં તે ઘી સાથે લઈ શકાય. તેથી ઘણો ફાયદો થાય છે. કેળના થાંભલામાંથી પાણી કાઢીને પાપડ વગેરેનો લોટ બાંધવામાં વાપરી શકાય. કેળના પાન કથા પૂજા વખતે વપરાય છે. કેળના છોડના મૂળમાંથી ફણગા ફૂટે છે. તેને ગાંઠ સાથે લઈ બીજે વવાય છે.

(૨૬) કેસુડો - ખાખરો

હિન્દી : पलास — **વૈજ્ઞાનિક : *Butea monosperma***

ગુજરાતના વનોમાં સર્વત્ર જોવા મળે છે. ત્રણ પાન ઉપર મોટી શિરાઓ હોય છે. ફેબ્રુ-માર્ચ બાદ લાલ નારંગી રંગના ફૂલઘણા ગુચ્છમાં જોવા મળે છે. થડ કથ્થઈ વાંકુચુંકુ. ઉછેર બીજથી થાય છે. કેસૂડામાંથી પ્રાપ્ત થતો ગુંદર - બંગાળ કિનો (બ્યુટીયા ગમ) અતિસારમાં લાભપ્રદ છે. બીજમાં કૃમિનાશક ગુણ છે. બીજ લીમડાના રસમાં પીસીને વળવાળી ચામડી પર લગાડવામાં આવે છે. બીજ, દાદર, જખમ તથા આંતરડાની કૃમિ માટે વપરાય છે.

(૨૭) કોકમ

હિન્દી : कोकम **વૈજ્ઞાનિક : *Garcinia indica***

પશ્ચિમઘાટ અને દક્ષિણ ભારતના જંગલમાં થતું આ એવરગ્રીન મધ્યમ આકારનું વૃક્ષ છે. દેખાવે અતિ સુંદર ચળકાટ મારતા સદાહરિત પાન અને નમેલી ડાળીઓ અતિ સુંદર લાગે છે. વૃક્ષના ફળનો બાહ્યભાગ (કોકમ ફૂલ) દાળ શાક સ્વાદ વૃદ્ધિ માટે ખટાશ તરીકે વપરાય છે. તેનાથી ખોરાકની પાચકતા પણ વધે છે. તેના **બીજ**માંથી મળતું ઘટ્ટ **તેલ** (કોકમનું ઘી) તે શિયાળામાં તરડાઈ જતી ચામડી સામે ઉત્તમ રક્ષણ પૂરૂ પાડે છે. તેથી આ તેલ કન્ફેક્શનરી અને કોસ્મેટિક ઈન્ડસ્ટ્રીમાં (સૌંદર્ય પ્રસાધનોની બનાવટમાં) પણ ઉપયોગમાં લેવાય છે. રાજપીપળા વનસ્પતિ ઉદ્યાનમાં કોકમના ઘણાં વૃક્ષો છે.

(૨૮) કૌચા

હિન્દી : केवांच **વૈજ્ઞાનિક : *Mucuna pruriens***

ચોમાસામાં કવચના વેલા ફૂટીને વાડ, ઝાડ પર ચઢી જાય છે. વાલનાં પત્તાની જેમ તેના ત્રણ પત્તા સાથે હોય છે. વેલા પર ભૂરા રંગના ફૂલ બેસે છે ફૂલ અતિ સુંદર હોય છે. પછી તેમાંથી ગુચ્છાદાર શીંગો થાય છે. પછી દરેક ગુચ્છામાં ૫ થી ૧૦ શીંગો લાગે છે. તેથી શીંગો પર નાની નાની રૂંવાટી હોય છે. જે આપણા શરીરના ખુલ્લા ભાગ પર લાગવાથી ઘણી ખંજવાળ આવે છે. આ ખંજવાળને શાંત કરવા માટે છાણ ચોપડવામાં આવે છે. પેટમાં કરમિયો માટે ઘણો જ સચોટ ઉપયોગ કવચનો છે. તેની શીંગો પરના **કાંટા રૂંવાટા** છરીથી છોલી દૂધ-ગોળ અથવા દહીંમાં ભેળવી ખવડાવી દેવાથી કરમિયા બહાર આવી જાય છે. આ સિવાય ધાતુ પુષ્ટિ માટે તેનાં **બી** દૂધમાં બાફી શુદ્ધ કરી વપરાય છે. તેનો કૌચાપાક પણ બનાવવામાં આવે છે. તે શક્તિવર્ધક અને વીર્યવર્ધક તરીકે ઘણો લાભદાયી છે. તેનું બીજું નામ ભૈરવસીંગ પણ છે. જંગલમાં કેલ્યા નામે ઓળખાતા વાંદરા આના બીજ ખૂબ ખાય છે.

(૨૯) કોઠી

હિન્દી : कैथ **વૈજ્ઞાનિક : *Limonia acidissima***

સદાહરિત વિશાળ વૃક્ષ કોઠીનાં ઝાડ ગુજરાતમાં બધે જોવા મળે છે. તેના પર ગોળ લાડવા જેવા ફળ લાગે છે, તેનું છોડું કઠણ હોય છે. પાકું કોઠીનું ફળ ઘણું સુગંધીદાર અને સ્વાદિષ્ટ હોય છે. તેમાં ગોળ અથવા સાકર નાખી ચટણી બનાવી ખાવાના ઉપયોગમાં લેવાય છે. પાકા કોઠીનો મુરબ્બો પણ થાય છે. શરીર પર પિત્તનાં ઢીમણાં પર કોઠીના પાનની ચટણી બનાવી લગાડવાથી આરામ થાય છે. સ્ત્રીઓના પ્રદરમાં કોઠી તથા વાંસના પત્તાનું ચુર્ણ મધમાં આપવાથી સારો ફાયદો થાય છે. સવારના પહોરમાં પાકાં કોઠાના ગર્ભ સાથે ગોળ તથા પાણી મેળવી શરબત જેવું બનાવી પી જવું. આ પ્રમાણે ૧૫ દિવસ પીવાથી હરસ મસા નાબૂદ થાય છે. અંગ્રેજીમાં કોઠીને Wood Apple કહે છે.

(૩૦) કેરડા

હિન્દી : करीर, केरडा **વૈજ્ઞાનિક : *Capparis decidue***

આપણા અથાણાંમાં કેરડાનું વિશેષ મહત્વ છે. આયુર્વેદમાં કેરડાને 'કરીર' કહેવામાં આવે છે અને કરીર-કેરડા આયુર્વેદનું ઉત્તમ ઔષધ છે. ગુજરાત કરતા કચ્છ કાઠિયાવાડમાં તેનો વધુ ઉપયોગ થાય છે. વૈશાખ-જેઠમાં કેરડા આવવા લાગે છે. કેરડાનું અથાણું અને તેનું કરીર ચૂર્ણ ડાયાબિટીસવાળાએ નિયમિત ખાવું જોઈએ. આ કેરડા ગુણોની દૃષ્ટિએ કડવા, તુરા, ઉષ્ણ અને રુક્ષ છે. તે કફજ્વર, ઉધરસ, શરદી, દમ જેવા કફના રોગોમાં ખૂબ હિતાવહ છે. પ્રમેહ અને મૂત્રમાર્ગના રોગોમાં તથા અર્શ-મસામાં ખૂબ જ હિતાવહ છે. સોજો અને કૃમિનો નાશ કરનાર છે. કેરડાનો નિયમિત ઉપયોગ કરવાથી ઘણા વખતની જૂની કબજિયાત દૂર થાય છે. સોજો અને કૃમિનો નાશ કરનાર છે. પથરી, પ્રોસ્ટેટ જેવા મૂત્રમાર્ગના રોગોમાં થતો મૂત્રનો અવરોધ દૂર થાય છે.

(૩૧) ખેર

હિન્દી : खैर **વૈજ્ઞાનિક : *Acacia catechu***

ગુજરાતમાં બધા જંગલોમાં થાય છે. આ એક મોટું કાંટાળું વૃક્ષ છે. ૨૦ થી ૩૦ ફૂટ ઊંચા આ ઝાડનો **ગુંદર** ખાવા લાયક છે. પરિપક્વ **થડ**ના મધ્ય ભાગના લાકડાના કટકા ઉકાળીને તેમાંથી કાથો મેળવાય છે. જે ઉત્તમ પ્રકારના ‘‘એસ્ટ્રીજન્ટ’’ તરીકે ઘા રૂઝવવામાં તથા લોહી વહેતું બંધ કરવામાં ઉપયોગી છે. ખાવાના પાનમાં તેનો ઉપયોગ આપણા માટે જાણીતો છે. લાકડામાંથી તબલા બનાવાય છે. વૃક્ષનો ઉપયોગ લાખ ઉછેર માટે થઈ શકે છે. વૃક્ષ પાનખર છે. પાન મોટા સંયુક્ત, ચળકાટ મારતા જાડા છે.

(૩૨) ગરમાળો

હિન્દી : अमलतास **વૈજ્ઞાનિક : *Cassia fistula***

મોટું પાનખર ઝાડ થાય છે. તેનાં પર આવળના જેવા પીળાં પણ ગુચ્છેદાર સુંદર ફૂલો થાય છે. વસંત ઋતુમાં આ ઝાડ આખું સોનેરી પીળા રંગના ફૂલોથી છવાયેલું અત્યંત આકર્ષક લાગે છે તેના પર એક હાથ લાંબી શીંગો આવે છે. તે શીંગોમાં ચીકણો ગર્ભ કાળા રંગનો હોય છે તેનો દવામાં ઉપયોગ થાય છે. તેને ગરમાળાનો ગોળ કહે છે. પેટના રોગોમાં તેનો ઉપયોગ થાય છે. ખાસ કરીને વિરેચન માટે વપરાય છે. બાળક સગર્ભા સ્ત્રી વગેરે નાજુક પ્રકૃતિવાળાને હલકો પણ સારો જુલાબ લાવી પેટ સાફ કરે છે. સાંધાની પીડા દૂર કરવા માટે સાંધા પર ચોપડવામાં આવે છે. કાકડા વધીને દુઃખાવો થાય ત્યારે તેની છાલને પાણીમાં ઉકાળી તેના કોગળા કરવાથી આરામ થાય છે ન રૂઝાતાં વ્રણો ને તેના ફૂલનાં ઉકાળાથી ધોવાથી જલદી રૂઝાય છે.

(૩૩) ગળો

હિન્દી : **गिलोय** — વૈજ્ઞાનિક : ***Tinospora cordifolia***

ઘણું ખરૂ બધા વ્યાધિઓમાં કામ આવતી વેલાવાળી વનસ્પતિ હોવાથી તેનું સંસ્કૃત નામ અમૃતા છે. બીજા કોઈ પણ ઝાડ પર તેના વેલા ચડી જાય છે. ખાસ કરીને કડવા લીમડા પરની ગળો ઉત્તમ હોય છે એવી માન્યતા છે. તેના પાન પીપળના પાન જેવા હોય છે. શરીરના વાયુ, પિત્ત, કફ આ ત્રણેય દોષોના વિકારોને દૂર કરી શરીરને તંદુરસ્ત બનાવે છે. ઘી સાથે વાને, ગોળ સાથે કબજીયાતને, સાકર સાથે ગરમીને, મધ સાથે કફને, દિવેલ કે સુંઠ સાથે આમવાતને મટાડે છે. ગળો, ગોખરૂ, આંબળા આ ત્રણેય સરખે ભાગે લઈ ચૂર્ણ કરી સાકર તથા ઘી સાથે રોજ ખાવાથી કદી બિમાર થઈ વૈદ્યને ઘેર જવું પડતું નથી. ગળોનું સત્વપણ ઘણું ઉપયોગી છે. આજકાલ મીઠી પેશાબ રોગ ઘણા જોવા મળે છે. તેમાં ગળો ઘણું સારૂ કામ આપે છે. ગળાના વેલા ઉપર પર્ણો માત્ર ચોમાસા પૂરતા રહે છે પછી પર્ણ રહિત થઈ જાય છે.

(૩૪) ગુગળ

હિન્દી : **गुग्गुल** — વૈજ્ઞાનિક : ***Commiphora wightii***

મારવાડ, સિંધ, કચ્છ, સૌરાષ્ટ્ર તથા સિંગાપુરમાં તેનાં ઘણાં ઝાડ થાય છે. ગરમીમાં ઝાડમાંથી ઝરતો ગુંદર ગુગળ નામે ઓળખાય છે. ગુગળના ધૂપથી હવાના જંતુઓ મરી જઈ હવા શુદ્ધ થાય છે. મહિ ષાક્ષ - મહાતિલ - કુમુદ - પદમ - હિરણ્ય ભેદથી પાંચ જાતનો ગુગળ હોય છે. આ બધામાં હિરણ્ય યાહીરા ગુગળ જ મનુષ્ય જાતિના વ્યાધિઓમાં વધારે વપરાય છે. કોઈકવાર ભૈસા ગુગળ પણ વાપરવામાં આવે છે. તેનો ઉપયોગ દુઃખાવામાં, સાંધા દુઃખવા વગેરે વાયુના રોગોમાં થાય છે. યોગરાજ ગુગળ, કાંચનાર ગુગળ, ત્રિફલા ગુગળ, ગોક્ષુરદિ ગુગળ, અભયાદિ ગુગળ, રાસ્નાદિ ગુગળ વગેરે અનેક દવાની બનાવટો તેમાંથી તૈયાર થાય છે. શરીરની ચરબી ઘટાડવા માટે ગુગળ પાણી સાથે લેવાથી ઘણો ફાયદાકારક છે. આ એક ક્ષુપ છે. ગુગળનું આયુષ્ય અન્ય ક્ષુપ કરતા ઓછું હોય છે. સામાન્ય જનતા તેનો ધૂપ, અગરબત્તી વગેરેમાં ઉપયોગ કરી હવા શુદ્ધ કરે છે.

(૩૫) ગોખરૂ

હિન્દી : **गोखरु** વૈજ્ઞાનિક *:Pedalium murex*

ઉભા ગોખરૂ યાને બોડા ગોખરું અને વેલા ગોખરું એમ બે જાતના ગોખરું જોવા મળે છે. ઉભા ગોખરુંના છોડ થાય છે. તેને તલના છોડ જેવા પાન થાય છે અને જમીનથી એક ફૂટ જેટલો ઊંચો છોડ હોય છે. તેના ફળ પર ત્રણ બાજુ કાંટા હોય છે. તેને ત્રિકંટક પણ કહે છે. ઉભા ગોખરુ કચ્છમાં જ થાય છે જ્યારે બેઠા ત્રિકંટક ગોખરૂ ગુજરાતમાં બધે જ થાય છે. વેલ ગોખરૂ કાળી જમીનમાં ખૂબ ફેલાયેલા વેલા રૂપે થાય છે. તેના પાન ચણાનાં પાન જેવા હોય છે. તેમાં ચારે બાજુ કાંટાવાળા અનેક ગોખરૂ જોવા મળે છે. ગોખરૂ શક્તિવર્ધક ધાતુપુષ્ટિકારક મનાય છે. તેનો ઉપયોગ પેશાબ લાવવામાં પણ થાય છે. પથરીને તોડવા માટે તે વપરાય છે. શીતળા, ઓરી, અછબડાની ગરમી કાઢવા માટે પણ વપરાય છે. આ સિવાય ગોધુરાદિધૂત, ગોતુરાદિ અવલેહ તેમજ બીજા અનેક વ્યાધિઓમાં ગોખરૂનો સારો ઉપયોગ થાય છે. આંકડી (બાળકોની)માં આમલીના કાતરાને પલાળીને કાઢેલા રસમાં પણ ગોખરૂં બોળી, વાટી, ગાળી આ રસ બે તોલા પાવાથી તે મટે છે.

(૩૬) ગોરડ

હિન્દી : **कुमटा** વૈજ્ઞાનિક : *Acacia senegal*

મધ્યમ કદનું આ વૃક્ષ કચ્છમાં થાય છે. તે બાવળનો જ એક પ્રકાર છે. તેનો **'ગુંદર'** ઔષધોમાં, રંગકામમાં તેમજ ખોરાકમાં મહત્વરૂપ હોય તેને ''ટ્રુ ગમ અરેબીક'' અથવા ''ગમ અરેબીક ઓફ કોમર્સ'' કહે છે. પ્રસૂતા સ્ત્રીઓ ગુંદરપાક શક્તિવર્ધક તરીકે ખાય છે. તેના **પાન** હળદર સાથે લીલો રંગ આપે છે જે વનસ્પતિ જન્ય રંગ તરીકે વપરાય છે.

(૩૭) ઘા-બાજરીયું

હિન્દી : **पातर** વૈજ્ઞાનિક : *Typha angustata*

રસ્તાઓને કાંઠે, નાળાં અને નદી કાંઠે પાણી ભરાઈ રહેતા ભાગમાં ઉગી નીકળે છે. તેનાં પોલા પુષ્પોમાંથી મળતા રૂ જેવા રેસાદાર ભાગની રાખ તાજા જખમ કે કપાયેલ ભાગમાં ભરી દેતાં જખમ પાકતો નથી અને રૂઝ ઝડપી થાય છે.

(૩૮) ચણોઠી

હિન્દી : **चनोठी, चौटली** વૈજ્ઞાનિક : ***Abrus precatorius***

પાનખર વેલ છે. ઝાંખરામાં વાડ ઉપર દરેક જગ્યાએ જોવા મળે છે. પાન ૮ થી ૧૦ જોડીમાં આંબલી જેવા લંબગોળ હોય છે. સફેદ, કાળા કે લાલ રંગના બીજ કે જેનું એક સરખું વજન એક ગ્રામ (રતિભાર) જેટલું હોય છે. બહુ વર્ષાયુ વેલ છે. **પાન** વાટીને મધ સાથે સોજાવાળા ભાગ ઉપર લગાડવાથી સોજો મટે છે. **સફેદ ચણોઠી** ઘીમાં ઝેર તરીકે ઉલટી કરાવવા તથા **પાન**નો રસ ઝાડા બંધ કરવાની દવા તરીકે વપરાય છે. **પાન** વમનકારી, રેચક, શક્તિવર્ધક, ગળાના સોજા, આફરો, મેલી પાડવામાં વપરાય છે.

(૩૯) ચારોળી

હિન્દી : **चिरोंजी** વૈજ્ઞાનિક : ***Buchanania lanzan***

ચારોળીના ઝાડ હિમાલય, કોકણ, મલબાર, નાગપુર, છોટા ઉદેપુર, રાજપીપળા વગેરેના ડુંગરાળ પ્રદેશોમાં થાય છે. ઝાડ ઘણા મોટાં હોય છે. સૂકા પાનખર જંગલનું સુંદર વૃક્ષ છે. તેના ઉપર બકરાના કાન જેવા રૂંવાટી યુક્ત પાન થાય છે. આ પાનના પતરાળા બને છે. ઝાડ ઉપર ફૂલ પોષથી ફાગણ માસ સુધી આવે છે. અને ફળ ફાગણથી ચૈત્ર માસ સુધી આવે છે. ફળ ગુલાબી લાલ નાનાં ફાલસા જેવા હોય છે. બોરની જેમ તે ખવાય છે. તેના બીને ફાડીને ચારોળી કાઢવામાં આવે છે. ચારોળી ખાવામાં સ્વાદિષ્ટ બુદ્ધિવર્ધક છે મિઠાઈઓ ઉપર ચારોળી છાંટવામાં આવે છે. **ચારોળીનું તેલ** બદામના તેલ જેવા ગુણવાળું હોય છે. શીળવા પર ચોળી દૂધમાં વાટી ચોપડવાથી ફાયદો થાય છે.

(૪૦) ચિત્રક

હિન્દી : **चित्रक** વૈજ્ઞાનિક : ***Plumbago zeylanica***

નાનો છોડ, ચળકતા પાન અને સફેદ ફૂલો સાથે ભેજવાળા વિસ્તારમાં ઝાડ નીચે જોવા મળે છે. બહુ વર્ષાયુ છોડ છે. આખા છોડ પર સફેદ રૂંવાટી હોય છે. **મૂળ**નો રસ ચામડીના રોગ મટાડવામાં તેમજ સ્વાસ્થ્યકારક ઉત્તેજક, પેટની તકલીફોમાં પાચનશક્તિ વધારવામાં ઉપયોગી છે. હવે જંગલોમાં જૂજ જ જોવા મળે છે.

(૪૧) જામફળ

હિન્દી : **अमरुद** | વૈજ્ઞાનિક : ***Psidium guajava***

જામફળ બધેજ થાય છે અને તે બે વર્ષે ફળ આપે છે. સફેદ તથા ગુલાબી એમ બે પ્રકારના ફળ થાય છે, તે ફળો સ્વાદિષ્ટ અને શીત હોય છે. પેટના વિકારોમાં તેનાં કુમળા પાનની ભાજી વાટી પાઈ દેવી. ભાંગના નશામાં જામફળ ખવડાવવાથી તે ઉત્તરે છે. આંખના ફૂલના, સોજા અથવા દુઃખાવા પર જામફળથી પાનમાં થોડી ફટકડી મેળવી ચટણી બનાવી અંતરપટ કરી આંખે બાંધવાથી અદભૂત ફાયદો થાય છે. હરસ મસાના દર્દીને પાકા જામફળમાં નાગકેસરનું ચૂર્ણ મેળવી આખી રાત ચાંદનીમાં રહેવા દઈ સવારે ખવડાવી દેવું. આ પ્રમાણે ૧૫ દિવસ કરવાથી ઘણો લાભ થાય છે. જામફળ સર્વશ્રેષ્ઠ ફળ છે કારણ કે તેમાં લગભગ બધાજ વિટામીન્સ હોય છે.

(૪૨) જેઠીમધ

હિન્દી : **मूलहठी** | વૈજ્ઞાનિક : ***Glycyrrhiza glabra***

જેઠી મધના છોડ ભારતમાં ઘણે ઠેકાણે થાય છે. ડુંગરાળ લીલોતરીવાળી ઉષ્ણ હવામાનવાળી જગ્યાએ તે પુષ્કળ થાય છે. તેના પાન મીંઢી આવળના પાન જેવા હોય છે. આ છોડના **મૂળીયાને** જેઠીમધ કહેવામાં આવે છે. તેનો સ્વાદ ગળ્યો હોય છે. તરસને શાંત કરનાર, ઘા પર તેના ચૂર્ણનો ઘીમાં ગરમ કરી લેપ કરવો. છાતીના વ્રણમાં જેઠી મધનું ચૂર્ણ, વાંસ, કપૂર, લીંડી પીપર મેળવી મધ સાથે ચાટવું, જેઠી મધનું લાકડું મોંમા રાખી ચૂસવાથી ખાંસી મટે છે. કોઈપણ જાતના રક્તસ્ત્રાવમાં શ્રેષ્ઠ છે. જે દવા તરીકે વપરાય છે. તે ખરેખર મૂળ નહીં પરંતુ જમીનની અંદર વિકાસ પામતા **પ્રકાંડ** હોય છે. તેની ઉપર સૂક્ષ્મ મૂળ હોય છે.

(૪૩) જાસૂદ

હિન્દી : जासुद વૈજ્ઞાનિક : ***Hibiscus rosa sinensis***

જાસૂદ સદાહરિત ક્ષુપ છે. બાગ બગીચામાં ઉછેરવામાં આવે છે. એક અથવા બે ફૂલ જુદા જુદા રંગના વર્ષ દરમ્યાન થાય છે. પાન અને ફૂલ સાંત્વક, સ્નિગ્ધ, ગર્ભસ્ત્રાવ વર્ધક, કામોત્તેજક, પીડાકારક અને જનન અવયવ, સ્ત્રાવરોધક, મંદરેચક છે. મૂળ કફ અને તાવમાં વપરાય છે. આની અનેક પ્રજાતિઓ વિકસાવવામાં આવેલ છે.

(૪૪) જાંબુ

હિન્દી : जामून વૈજ્ઞાનિક : ***Syzygium cumini***

જાબુંડાનું ઝાડ બધે જોવા મળે છે. તેનાં પાન બોરસલીનાં પાન જેવાં હોય છે. સદાહરિત સુંદર વૃક્ષ છે. તેના પર વૈશાખ, જેઠ મહિનામાં ફળ પાકે છે. તેનાં ફળો લાલ હોય છે. અને ઘણા સ્વાદિષ્ટ તેમજ લોહી વધારનારાં હોય છે. વધારે પડતા ખવાય તો પણ જાંબુ નુકશાન કરતા નથી. તેનો છાયો ઠંડો તથા તેની ડાળ પાણી શેવાળને નષ્ટ કરે છે. શેવાળવાળા પાણીમાં ડાળી નાંખવાથી શેવાળ નષ્ટ થાય છે. જાંબુનો **સરકો** પેટના ઘણાં દર્દોમાં વપરાય છે. તેની **છાલ** ઉપયોગી હોવાથી બીજા દ્રવ્યો સાથે મેળવી ઉકાળી કોગળા કરવામાં વપરાય છે. મીઠી પેશાબ વાળાએ જ્યાં સુધી જાંબુ મળે ત્યાં સુધી ખાવા તથા **ઠળિયા-બીજ** સૂકવીને તેનો પાવડર પણ ખાતા રહેવું. વીંછીના ડંખ પર જાંબુડીનાં **પત્તાનો રસ** ચોપડવાથી ફાયદો થાય છે.

(૪૫) ટેટુ

હિન્દી : अरलु વૈજ્ઞાનિક : ***Oroxylum indicum***

ગુજરાત સૌરાષ્ટ્રના પાનખર જંગલોમાં મધ્યમ કદનું વૃક્ષ જોવા મળે છે. બંને બાજુએ ગોળ તલવાર જેવા સીધા કેપ્સુલ આકારના ફળ જોવા મળે છે. બીજ અતિ હલ્કા પાંખોવાળા હોય છે. દશમૂળ ઔષધોમાંનું આ એક મહત્ત્વનું વૃક્ષ છે. મૂળ **છાલ**, તાવ આંતરડાના કૃમિ તથા ઉલટી મટાડવામાં, **ફળ** હૃદયરોગ, મળના દુઃખાવામાં, મૂળ-**છાલ** થતા સોજો મટાડવા, અસ્થમા મરડો-અતિસારમાં અકસીર દવા તરીકે વપરાય છે. ખુબજ જૂજ વૃક્ષ છે.

(૪૬) ડમરો

હિન્દી : **डमरो** વૈજ્ઞાનિક : *Ocimum basilicum*

ક્ષુપ બાગ-બગીચામાં તેમજ ઘરઆંગણે ઉછેરવામાં આવે છે. જેના પાન ફૂલમાંથી સુગંધિત દ્રવ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. સુગંધી છોડ છે. **પાન ફૂલના રસના ટીપાં** કાનના દુખાવામાં, કફ મટાડવા, પેશાબ કોથળી અને મુત્રપિંડના સોજામાં અકસીર દવા તરીકે વપરાય છે. **બીજ** પ્રમેહ, અતિસાર, મરડો, અને મસા તથા **મૂળ** પેટની બિમારીમાં વપરાય છે.

(૪૭) ડોડી - ખીરખોડી

હિન્દી : **छिरवेल** વૈજ્ઞાનિક : *Holostemma annulare*

મોટો લીલો રસદાર જંગલી વેલો પડતર, ઘાસીયા વિસ્તારમાં વાડ-પાળા પર જોવા મળે છે. જાંબલી, રંગના ફૂલ જુલાઈ સપ્ટેમ્બર માં જોવા મળે છે. **પાન** તથા **ફળ** ખાવાથી આંખોનું તેજ વધે છે. **મૂળનો રસ** પેશાબની તકલીફ ઘટાડવામાં, **પાન** પ્રસૂતિ પછી, દૂધ ઘટી જતા વધારવામાં, ગર્ભપાત અટકાવવામાં અને પશુને ગરમીમાં લાવવામાં વપરાય છે.

(૪૮) તજપાન

હિન્દી : **तजपत्ता, दालचीनी**

વૈજ્ઞાનિક : *Cinnamomum zeylanicum*

સદાહરિત વનોમાં થતું આ આખું વૃક્ષ એરોમેટિક એટલે કે સુવાસિત દ્રવ્યયુક્ત હોય છે. ગુજરાતમાં વનસ્પતિ ઉદ્યાન, ગાંધીનગરમાં આના મોટા વૃક્ષો છે. તેના પાન ગરમ મસાલાની બનાવટમાં ઝાડની કુમળી **સુકાયેલ છાલ** તજ તરીકે ગરમ મસાલામાં વપરાય છે. ખોરાકને સ્વાદિષ્ટ અને સુપાચક તેમજ શક્તિદાયક બનાવે છે. સ્વાદે તીખી અને મીઠી હોય છે તથા તેનું **તેલ** સુવાસિત દ્રવ્ય તરીકે સાબુ અને અન્ય સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં વપરાય છે.

(૪૯) તુલસી

હિન્દીઃ **तुलसी** સંસ્કૃતઃ તુલસી વૈજ્ઞાનિકઃ ***Ocimun sanctum***

તુલસીનો છોડ ભારતમાં બધે જ જોવા મળે છે. તુલસીનો છોડ ૨ થી ૪ ફૂટ ઊંચો થાય છે. બહુ વર્ષાયુ છે.તુલસીથી આજુબાજુમાં રોગ ઉત્પન્ન જીવાણુંઓ મરી જાય છે અને હવા શુદ્ધ થાય છે. તુલસી બે જાતની છે. કાળી અને ધોળી તુલસી વધારે ગુણકારી છે. તુલસી હવાને શુદ્ધ કરનારી છે અને તંદુરસ્તી આપનારી છે. માટે દરેક ઘરના આંગણમાં તુલસીનો છોડ આદરપૂર્વક વવાય છે. તુલસીનાં એક તોલો પાન લેવાં અને તેને અર્ધા શેર પાણીમાં ઉકાળવાં. પાણી અર્ધુ રહે તેને ગાળીને પીવાથી તાવ, આળસ, સુસ્તી, અરૂચિ, બળતરા વગેરે મટે છે. સામાન્ય રીતે રોજની ચ્હા અથવા ઉકાળામાં તેનો ઉપયોગ થાય છે. આ સિવાય, ઔષધોમાં તેના ઘણાં પ્રયોગો થાય છે. એલર્જીવાળા જો એક મહીના સુધી તુલસીનું સેવન કરે તો એલર્જી મટી શકે છે.

(૫૦) દમવેલ

હિન્દીઃ **दमवेल** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Tylophora indica***

સર્વત્ર જગ્યાએ બીજા વૃક્ષો, વાડ ઝાંખરામાં સદાહરિત વેલ તરીકે ચઢતી જોવા મળે છે. તેના મૂળ તથા પાનમાં આલ્કલોઈડ તત્વ હોય છે. પાન સૂકવીને તેમજ **મૂળ-વેલા**નો પાવડર પેટના દર્દોમાં, અસ્થમા-દમ અને મરડો મટાડવા માટે વપરાય છે. આખા છોડ ઉપર સૂક્ષ્મ રૂંવાટી હોય છે.

(૫૧) દારૂડી

હિન્દીઃ **सत्यानाशी** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Argemone mexicana***

સર્વ જગ્યાએ કાંટાવાળો જંગલી છોડ જમીન ઉપર જોવા મળે છે. ગોળ ફળ થાય છે. તેના બીજમાંથી પીળા રંગનું તેલ નીકળે છે. **બીજ**નો ઉપયોગ કફ, દમ, તેમજ પેટના રોગોમાં અને **ઓઈલ** ચામડીના રોગો માટે અક્સીર દવા તરીકે વપરાય છે. **મૂળ** સ્વાસ્થ્યકારી, કમળામાં અને ત્વચામાં લેપમાં વપરાય છે.

(૫૨) દાડમ

હિન્દીઃ **अनार** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Punica granatum***

દાડમનો ક્ષુપ ૧૦ થી ૧૫ ફૂટ ઊંચા વધે છે. દાડમની બે જાત છે. એકમાં ફક્ત ફૂલ જ આવે છે. જ્યારે બીજામાં ફૂલ અને ફળ બંને આવે છે. દાડમનાં ઝાડ પર પોષ-મહામાં ફૂલ આવે છે. ફાગણથી વૈશાખમાં ફળ આવે છે. અરબસ્તાનમાં મસ્કત પાસેના દાડમ ઉત્તમ મનાય છે. **દાડમના દાણા** ઘણાં જ સ્વાદિષ્ટ હોય છે. તે બળતરા અને તરસ મટાડે છે તે જઠરાગ્નિ વધારે છે. તે રુચિકર અને ગ્રાહી પણ છે. વધારે પડતા ઝાડા થયા હોય ત્યારે દાડમનો ઉપયોગ ફાયદાકારક નીવડે. બાળકોને ખાંસી થઈ હોય ત્યારે તેના છોડને ઘસીને પાવાથી લાભ થઈ શકે. મીઠાના બગડેલા સ્વાદને સારો કરી શકે છે. દાડમ પાક પણ સ્વાદિષ્ટ હોય છે.

(૫૩) દેશી બાવળ

હિન્દીઃ **बबुल** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Acacia nilotica***

બાવળના ઝાડ મોટા તથા કાંટાવાળા હોય છે. તેની ડાળ કાપીને વાડ બનાવવાના કામમાં લેવાય છે. લાકડું મજબૂત હોવાથી ઘણાં ઉપયોગમાં લેવાય છે. બાવળનો **સફેદ ગુંદર** થાય છે. તે ઘણો પૌષ્ટિક છે બાવળની **છાલ** રંગના કામમાં વપરાય છે. તેની **શીંગો** યા **પાંદડા** ઢોરને ખવડાવવામાં આવે છે. મોઢું આવે ત્યારે બાવળની **છાલ** તથા જાંબુડીની છાલના ઉકાળાના કોગળા કરવાથી લાભ થાય છે. બાવળનું **દાતણ** દાંતને સાફ તથા મજબૂત કરે છે. પ્રમેહ પર બાવળના **કુમળી પાળી** સવાર-સાંજ એક એક તોલો ખાવાથી સારો લાભ થાય છે. ઘાસલેટ પી જવા ઉપર **તેલ**ના કોગળા કરાવવા અને બાવળના **ગુંદરનું** પાણી નવટાંક પાઈ ઉપર દૂધ પાઈ દેવાથી ફાયદો થાય છે. આંતરછાલ છાતીના દુઃખાવા તેમજ કફ ખાંસીમાં મોંમા રાખી તાજી છાલ ચૂસવામાં આવે છે.

(૫૪) ધંતૂરો

હિન્દીઃ धतूरा | **વૈજ્ઞાનિકઃ *Datura metel***

દોઢ બે હાથ ઊંચા ધતુરાના છોડ બધે જોવા મળે છે. તેનાં કાળા અને ધોળા ભેદથી બે જાતના ફૂલ થાય છે. કાળા ફૂલવાળો ધતૂરાનો આખો છોડ દાંડી વગેરે કાળો હોય છે. દવાના ઉપયોગમાં **કાળો ધતૂરો** જ વપરાય છે. **અત્યંત ઝેરી હોવાથી તેનો ઉપયોગ સામાન્ય માણસે કરવો નહી.** બાહ્ય ઉપચારમાં સોજો ઉતારવા માટે તે વપરાય છે. શ્વાસ ચઢે ત્યારે તેને શાંત કરવા તેના **બીની ધૂણી** આપવામાં આવે છે. ધતૂરો ઝેરી હોવાથી ઘર આંગણે વાવવો નહિં.

(૫૫) નગોડ

હિન્દીઃ निर्गुन्डी | **વૈજ્ઞાનિકઃ *Vitex negundo***

નગોડનું ઝાડ બધે જાણીનું છે. તે નદી કિનારે થાય છે. સદાહરિત છે. તેનું ઝાડ ૧૫ થી ૨૦ ફૂટ ઊંચુ થાય છે. ઝાડ પર આખું વર્ષ ફૂલ તેમજ ફળ આવ્યા કરે છે. તેનાં ફૂલ સફેદ ભૂરાં રંગના હોય છે. તેનાં પાન લાંબા આગળથી અણીદાર ઉપરથી લીલા પણ પાછળથી ધોળા હોય છે. વાયુના વિકારો ઉપર તેના **બીજ**નો ઉપયોગ ખાસ થાય છે. પ્રસૂતા સ્ત્રીને તેનો ઉકાળેલા પાણીના સ્નાન કરવામાં આવે તો તેનું શરીર સ્ફૂર્તિવાળું બને છે. માથાના દુઃખાવા પર તેનાં બાફેલા **પાન**ની લુગદી બાંધી શકાય. તેથી ફાયદો થાય છે. જો સાંધાનો દુઃખાવો થયો હોય કે વાથી પકડાઈ ગયા હોઈએ તો નગોડના **પાન**, અરડુસીનાં પાન અને નીલગીરીના પાનની વરાળ સ્નાન (સ્ટીમબાથ) કરી શકાય અને ઘણો ફાયદો મેળવી શકાય. પાનની ઉપરની સપાટી લીલી, નીચેની સફેદ હોય છે.

(૫૬) નીલગીરી

હિન્દીઃ **नीलगीरी** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Eucalyptus hybrid***

સીધા થાંભલા આકારનું હાઈબ્રીડ વૃક્ષના પાન ભાલાકાર અને થડ લીસું સફેદ હોય છે. જેના પરની પાતળી છાલ દર વર્ષે ઉખડે છે. નીલગીરીનું **તેલ** શરદી, ફેફસાના દર્દો, તાવ, મૂત્ર કોથળીનો સોજો વગેરેની સારવારમાં વપરાય છે. **પાન** અને **તેલ,** તાવનાશક, વાયુસારક, ઉત્તેજક, કફઘ્ન, ચેપરોધક, મેલેરિયા રોધક અસર ધરાવે છે. આનું મૂળ વતન ઓસ્ટ્રેલિયા છે.

(૫૭) નાગરવેલ

હિન્દીઃ **नागरखेल** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Piper betel***

બારમાસી વેલ, પાન ચળકાટ મારતા, હૃદયકાર છે. નાગરવેલના પાન ભારતમાં થાય છે. પાનની ઘણી જાતો છે. જેમકે, જેલમ, કપુરી, મધઈ, બનારસી, કલકત્તી વગેરે **પાન** ખાવાના ઉપયોગમાં આવે છે. સગર્ભા તથા બાળકને પાન ન આપવું જોઈએ. સ્નાન પહેલાં અને જમ્યા પહેલાં પાન ન ખવાય. ખાસ કરીને ભોજન બાદ પાન ખવાય. પાનથી પાચનક્રિયાને લાભ થાય છે. ખાંસીમાં તેનો ઘણો સારો ઉપયોગ થાય છે. નાગરવેલના એક પાન પર અરડૂસીના ત્રણ પાન પાથરવાં તેમાં એક ઈલાયચી અને લવીંગ મૂકી જાડું વાળવું. પછી તેને પાણીમાં બાફી પછી બરોબર મસળી ગાળીને દિવસમાં ત્રણ વખત પાવાથી બધી જાતની ખાંસી મટી શકે છે. ફણસ અને સરગવાનું શાક ખાધા પછી પાન ન ખવાય. તેનો છોડ કટકા કલમથી ઉછેરી શકાય છે.

(૫૮) પારિજાતક

હિન્દીઃ **हारसिंगार** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Nyctanthes arbortristis***

પારિજાતક બગીચા તથા ઘર આંગણે ઘણા પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. પાનખર સુંદર વૃક્ષ છે. તેના **ફુલ**માંથી કેસરી રંગની ડાય બને છે. પારિજાતકનાં પાન ખરબચડા હોય છે.તેને શ્રાવણથી આસો માસમાં ફૂલ બેસે છે તેના ફૂલ સફેદ કેસરી દાંડીવાળા હોય છે. ફૂલ ઘણાં જ સુવાસિત હોય છે. શિયાળામાં પારિજાતકને બીજ લાગે છે તેનાં ફળ ચપટાં બટન જેવા આવે છે. ફૂલ દેવી દેવતાની ફૂલ માળામાં વપરાય. પારિજાતકના **બી** વાટીને ખોડા ઉપર લેપ કરી શકાય. તેથી ઘણો ફાયદો થાય છે. દરાજ પર પારિકજાતકના પાલાનો લેપ કરવાથી મટે છે. તેના ફુલ રાત્રે જ ખીલે છે અને મળસ્કે ખરીપડે છે.

(૫૯) પીપળો

હિન્દીઃ **पीपल** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Ficus religiosa***

આ વૃક્ષ ભારત દેશમાં બધે જોવા મળે છે. બીજા દેશોમાં તે થતું નથી. વડના ઝાડની જેમ તેનો ઘણો મોટો વિસ્તાર થાય છે. તેનો છાંયડો ઠંડક આપનાર હોય છે. અનેક ગુણોવાળું આ ઝાડ ભારતમાં ઘણું પવિત્ર મનાય છે. પીપળાના ઝાડ પર લાખ ઉગે છે. તે રંગના તથા સીલ કરવાના તેમજ દવાના ઉપયોગમાં આવે છે. તેનો છાંયડો ઉનાળામાં ઘણી સારી ઠંડક આપે છે. બાળકોની બોબડી વાણી સુધારવા તેનાં પાકા ફળ ખાવા આપવા. ખસ ફોલ્લા વગેરે ચામડીના પરૂવાળા ફોલ્લા પર તેની છાલ પાણીમાં ઘસી ચોપડવાથી મટે છે. મુખ પાક પર પીપળાના કુમળા પાન તથા છાલને વાટીને મધ મેળવી દિવસમાં ત્રણ વાર લગાડવું જોઈએ. પિપળો પવિત્ર વૃક્ષ છે. ભેજ વાળા અથવા સૂકા પાનખર પ્રદેશનું વિશાળ વૃક્ષ છે. થડ સફેદ હોય છે.

(૬૦) પીલું - વખડી - મીઠીજાર

હિન્દીઃ **पीलू-वखडी**	વૈજ્ઞાનિકઃ ***Salvadora oleoides***

સદાહરિત વૃક્ષ છે. ખારાશવાળી જમીનમાં, સૂકા રણ પ્રદેશમાં નાના કદનું વૃક્ષ દરેક જગ્યાએ જોવા મળે છે. પાન ભાલાકાર અને ડાળીઓ વધુ સંખ્યામાં હોય છે. પર્ણમાં તેમજ પ્રકાંડમાં એક તીવ્ર ગંધ હોય છે. પાનનો ઉકાળો ઘોડામાં રેચક અસર માટે, ફળ બરોળની વૃદ્ધિ, સંધીવા, ઝીણો તાવ અને સર્પદંશમાં બીજનું તેલ સંધીવા પર માલીસ કરવા વપરાય છે. બાળકો તેના પાક ફળ હોંશેથી ખાય છે.

(૬૧) પીલું -વખડો - ખારીજાર

હિન્દીઃ પીંલું-વખડો-ખારીજાર	વૈજ્ઞાનિકઃ ***Salvadora persica***

સૂકા, રણ પ્રદેશમાં ખારાશ વાળી જમીનમાં જોવા મળતું સદાહરિત વૃક્ષ છે. પાન લંબગોળ લીલા ચળકતા જાડા હોય છે. પાનનો રસ સ્કર્વી રોગના ઉપરચારમાં અને તેનું તેલ સંધીવામાં માલીશ કરવા તથા પ્રકાંડ-છાલ ઝીણાં તાવ શક્તિ વધારવા, ગર્ભાશયના સ્ત્રાવ વધારવા વપરાય છે.

(૬૨) બહેડો

હિન્દીઃ **बहेडा**	વૈજ્ઞાનિકઃ ***Terminalia bellirica***

બહેડાના ઝાડ ઘણા ઊંચા મોટાં થાય છે અને જંગલોમાં જોવા મળે છે. ઝાડ પરના ગોળ ફળને બહેડા કહે છે. જે પાકીને ઝાડ નીચે ઢગલાબંધ એકઠા થાય છે. તેના પાન વડના પાન જેવા હોય છે. બહેડું દાહ દૂર કરે છે. શરીરની બળતરા પર તેના **ઠળિયાની** અંદરની મીજ વાટીને લેપ કરવાથી મટે છે. મોઢામાં તેનું દળ યાને **ફળ**ની છાલ રાખી રસ ઉતારવાથી ખાંસી મટે છે. ભીલામો ઉપડે તે પર **બહેડાની મીંજ** ઘસી ચોપડવાથી આરામ થાય છે અથવા બહેડાની **મીંજ** જેઠી મધ, નાગરમોથ, ચંદન સાથે મેળવી લેપ કરવો જોઈએ.

(૬૩) બોરડી

હિન્દીઃ **बेर** વૈજ્ઞાનિકઃ **Zizyphus mauritiana**

બોરડીના ઝાડ બધેજ જોવા મળે છે. તેના પર કાંટા હોય છે. તેના ફળ પાક્યાં પછી ઘણાં મધુર સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. બોરની અનેક જાતો હોય છે. સામાન્ય બોર, ઝાડીનાં બોર, કાશી બોર, સૂકવેલાં બોર વગેરે દરેક માણસને બોર ખાવાની ઘણી રૂચિ પેદા થાય છે. મધુર હોવાથી શરીરના પોષણમાં સારૂ કામ કરે છે. રક્તપિતનાશક છે. શીતવીર્ય હોવાથી શરીરમાં સારી ઠંડક આપે છે. વીંછી કરડ્યા પર બોરડી તથા ઉમરડાના **પાનની લુગદી** લગાડવાથી રાહત થાય છે.

(૬૪) બારમાસી

હિન્દીઃ **बारमासी** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Catharanthus roseus***

બાગ બગીચામાં તથા ઘર આંગણે નાના છોડ ઉછેરવામાં આવે છે જેના સફેદ અથવા ગુલાબી ફૂલ બારેમાસ થાય છે. **પાન** ફૂલનો રસ કેન્સરની દવા તરીકે વપરાય છે. **ફૂલ** વાળી ચા પીવાથી બ્લડ પ્રેસર બેચેની અડધી મિનિટમાં દૂર થાય છે.

(૬૫) બાવચી - તકમરીયા

હિન્દીઃ **बावची** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Psoralea corylifolia***

નાનો વર્ષાયુ છોડ દરેક જગ્યાએ પડતર અને પાંખા વન વિસ્તારમાં ઉગે છે. પાન ગોળ અને તેની ઉપર નીચે સુક્ષ્મ કાળી ગ્રંથીઓ દાણા જેવી હોય છે. ભૂરા કે જાંબલી રંગના ૧૦-૩૦ ફૂલ અને કાળા ગોળ ફળ થાય છે. **પાન**ની લુગદી ફોલ્લા ઉપર લગાડવામાં આવે છે. મૂળ દાંતના પેઢાં ગળી જવામાં તથા પાન અતિસાર-મરડામાં વપરાય છે. **બીજ** મૂત્ર વિરેચક અને કૃમિનાશક છે. બીજ હાર્ટના દર્દમાં અસ્થમા અને કુષ્ઠ ઉપર લગાડવામાં આવે ઉપયોગી છે.

(૬૬) બ્રાહ્મી

હિન્દી: **ब्राह्मी** વૈજ્ઞાનિક: ***Centella asiatica***

નાનો જમીન ઉપર પથરાતો છોડ ભેજવાળા વિસ્તારમાં ઝાડની નીચે ફેલાયેલ હોય છે. તેની ડાળી-પાન મુલાયમ પાન જાડાં રસદાર હોય છે. ડાળીની ગાંઠ પરથી મૂળ નીકળે છે. ફૂલ હલકા ભૂરા રંગના થાય છે. પાન જમીનથી ઉંચા પ્રકાંડની દરેક ગાંઠ ઉપરથી નીકળે છે. **છોડ** ચામડીના કુષ્ઠ રોગ, **પાન** યાદ શક્તિ વધારવા, પ્રમેહ જેવા દર્દોમાં વપરાય છે. પાનનો રસ બાળકોની ઉધરસ અથવા શ્વાસનળીના સોજામાં ઉપયોગી છે, તેના સેવનથી ઉલટી થાય છે. અને શાંતિ મળે છે. તે કબજીયાતને દૂર કરે છે અને પેશાબ લાવવામાં મદદ કરે છે.

(૬૭) બીલી

હિન્દી: **बेलवृक्ष** વૈજ્ઞાનિક: ***Aegle marmelos***

બીલીનાં ઝાડ પાનખર છે, જે ભારતમાં બધે જ થાય છે. પવિત્ર વૃક્ષ છે. શંકર ભગવાનના મંદિરમાં અવશ્ય વાવવામાં આવે છે. તેના પાન ત્રિદલ હોય છે. આ પાન શિવપૂજામાં ઘણાં વપરાય છે. તેના ઝાડ પર કોઠા જેવા ફળ આવે છે. કાચા ફળનું શાક તથા અથાણું થાય છે. કાચા બીલાનો ગર્ભ સૂકવીને રાખે છે. તેને બેલ કાચરી કહે છે. **પાકાં બીલાં** ગળ્યાં હોય છે. તે લોકો ખાય છે. તથા તેમાં ખાંડ નાંખી શરબત બનાવી ઉનાળામાં ઠંડક માટે તેમજ ઝાડા મટાડવા વપરાય છે. ખાસ કરીને મરડામાં તે ઘણું સારૂ કામ આપે છે. તેનો છાંયડો સારી ઠંડક આપે છે. બીલનું ઝાડ ઘણું પવિત્ર હોય છે. તથા તેનાથી હવા શુદ્ધ થાય છે. તેના ફુલ સફેદ સુગંધીદાર હોય છે. આંખના રોગામાં તેના **પાન** વાટી આંખમાં અંજાય છે. તે દશમૂળમાં વપરાય છે. બીલુ ઘણું પૌષ્ટિક દીપન પાચન અને ગ્રાહી છે. આવી દીપન પાચન અને ગ્રાહી વનસ્પતિ ભાગ્યેજ મળે છે. ગોમૂત્રમાં બીલું વાટી **તેલ** મેળવી પકવી તે તેલ કાનની બહેરાશ દૂર કરે છે.

(૬૮) બોરસલી

હિન્દીઃ **बोरसली** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Mimusops elengi***

બોરસલીનાં ઝાડ ઘટાદાર ઘણાં ઊંચા થાય છે. તેનાં પાંદડા આંબાના પાનને થોડા ઘણાં મળતા આવે છે. ગોળ બટન જેવાં સફેદ સુગંધીદાર ફૂલો થાય છે. નાની બદામ જેવાં તેને ફળ આવે છે. જે પાકેથી સિન્દૂર રંગના ઘણાં સુંદર હોય છે. બાળકો તેને ખાય છે. બોરસલીનાં **બી** તથા કાળાં મરીનો ઉપયોગ હરસ મસા માટે ખાવામાં વપરાય છે. બોરસલીનો જાણીતો અને સારામાં સારો ઉપયોગ તેનું **દાતણ** કરવાથી દાંત ઘણાં મજબૂત વજ્ર જેવાં બને છે. દાંત દૂખતા હોય તો તે મજબૂત થઈ જાય છે. હૃદય રોગ પર તેના **ફુલની તાજી** માળા રોજ પહેરવાથી ફાયદો થાય છે. સદાહરિત વિશાળ સુંદર વૃક્ષ.

(૬૯) ભોંયરીગણી

હિન્દીઃ **कटेरी** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Solanum surattense***

આનો છોડ વેલારૂપે જમીન પર ખૂબ પ્રસરે છે. તેનાં પાન પર કાંટા હોય છે. તેના પર સોપારી જેવડા ફળ આવે છે. તેમાં બી હોય છે. તેનાં જાંબલી ફુલ હોય છે, કોઈને ધોળા ફુલ જોવા મળે છે. તેને લક્ષ્મણા કહે છે. ઘણી જ કિંમતી ઉપયોગી વનસ્પતિ છે. કફ કાઢવા માટે તેના **મૂળના ઉકાળા**માં મધ મેળવી પાવો જોઈએ. પેશાબની રૂકાવટ પર છોડના **રસ**માં છાશ મેળવી પીવો. દાત, કાનના કૃમિમાં તેના બીનો ધૂમાડો લગાવવાથી કૃમી નીકળી જાય છે. દશ મૂળમાં વપરાતી ૧૦ વનસ્પતિઓમાંથી આ એક છે. દશમૂળ વાયુના રોગો તથા શક્તિ મેળવવા કામમાં આવે છે.

(૭૦) બીયો

હિન્દીઃ **बीयो** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Pterocarpus marsupium***

મોટું વૃક્ષ પાનખર ભેજવાળા જંગલોમાં જોવા મળે છે. જેની છાલ કાઢવાથી લાકડું લાલ રંગનું દેખાય છે. થડ કથ્થઈ રંગનું હોય છે. **લાકડાને** પાણીમાં પલાળી તે પીવાથી મધુપ્રમેહમાં રાહત રહે છે. **ગુંદર** અતિસાર, પેઢાં ફૂલી જવામાં અને દાંતના દુખાવમાં વપરાય છે. **પાન** ગુમડા, ઉઝરડા, ચામડીનાં દર્દમાં લસોટી વપરાય છે.

(૭૧) ભિલામો

હિન્દીઃ **भिलामा** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Semecarpus anacardium***

ઘણું મોટું ઝાડ થાય છે પણ ખૂબ જ જૂજ પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. તેના પર કાજુ જેવા ફળ આવે છે. જે ભિલામાં (બીજ) પાણીમાં ડૂબી જાય તે શ્રેષ્ઠ મનાય છે. તે દવામાં વપરાય છે. ભિલામાનું **તેલ** ઘણું જ દાહક છે. તે શરીરના કોઈ પણ ભાગ પર લગાવવાથી ફોલ્લા પડી ખંજવાળ થાય છે. ભિલામાનો ઉપયોગ વૈદ્યકમાં તેને શુદ્ધ કરી વાયુના રોગો મટાડવા થાય છે. ધોબી તેને કપડાં પર નિશાન કરવા માટે વાપરે છે. તેના ડાઘ કપડા પરથી જતો નથી.

(૭૨) ભાંગરો

હિન્દીઃ **भांगरा** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Eclipta alba***

દરેક ઋતુમાં થતુ આ એક વર્ષાયુ છોડ, વગડામાં, નદીના તટમાં બધેજ જોવા મળે છે. તાજા **પાનનો ઉકાળો** લીવરની વ્યાધિમાં, વાયુ પ્રકોપમાં અને સીસમ તેલ સાથે **પાનનો રસ** ભેળવી ગાંઠ અને અન્ય ચામડી દર્દોનું દુઃખ હણવામાં વપરાય છે. આ ઉપરાંત ભાંગરો વાળ માટેની ઔષધિ તરીકે વિખ્યાત છે અને વાળ માટે પોષક અને વૃદ્ધિ કરનાર ગણાય છે. પાણી મળે તો બહુ વર્ષાયુ છે.

(૭૩) મરડા શીંગ

હિન્દીઃ **मरोडफली** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Helicteres isora***

૪ થી ૫ ફૂલ ઊંચો ક્ષુપ થાય છે. તેના પર આમળેલી દોરડી જેવી શીંગો લાગે છે. જેને મરડા શીગ કહે છે. નાના બાળકોને ઘસારા સાથે **મરડા શીંગ** ઘસી પાવાથી મરડો વગેરે પેટના રોગો થતા નથી. મરડામાં પેટામાં અમરાટ બહુ થાય છે. ત્યારે આનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. કાનમાં બગાઈ પેસી જાય ત્યારે મરડાશીંગના **મૂળ** દિવેલમાં ઘસી ૫-૧૦ વાર કાનમાં નાખવાથી બગાઈ મરી જઈ ઉપર આવી જાય છે. મરડો થયેથી છાસમાં આપવાથી લાભ થાય છે. એનાં **મૂળની છાલ**નો કાઢો સાકરના સાથે પ્રમેહવાળાને પીવા માટે અપાય છે.

(૭૪) મામેજવો

હિન્દીઃ **मामेजवो** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Enicostema hyssopifolium***

વર્ષાળુ છોડ ૧૦-૧૫ સેમી ઊંચાઈ અને જેના થડમાંથી ડાળીઓ અને નાના ભાલાકાર પાન નીકળેલા જોવા મળે છે. ભેજ મળી રહે તો બહુ વર્ષાયું છે. સૂકા છોડનો **પાવડર** અને મધનું મિશ્રણ લોહીની શુદ્ધિમાં,જલંદરમાં પેટના ચાંદામાં અને ઝેરી જંતુ કરડવા ઉપર વપરાય છે. મધુપ્રમેહને અંકુશમાં રાખવા ખાસ ઉપયોગી છે.

(૭૫) માલકાંગણી

હિન્દીઃ **मालकांगणी** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Celastrus paniculata***

જાડો વેલો લીલાશ પડતા પીળા ફૂલ સાથે ઝાંખરા વાડ-પાળા ઉપર જોવા મળે છે. પ્રકાંડ પીળાશ પડતો કથ્થઈ પાન તથા પાતળી **ડાળીનો મલમ** સોજા-ગુંમડા ઉપર લગાડવામાં આવે છે. તે વમનકારી, આંતરિક, કામોત્તેજક છે. **બીજ** સંધીવા, તાવ અને લકવામાં વપરાય છે. **છાલ** બેરીબેરીમાં ઉપયોગ છે.

(૭૬) મીંઢળ

હિન્દીઃ **मींढण** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Randia dumetorum***

મધ્યમ કદનું ક્ષુપ પાનખર સૂકાં જંગલો પડતર વિસ્તારમાં થડ ઉપર કાંટા સાથે જોવા મળે છે. શરૂઆતમાં સફેદ ફૂલ અને બાદમાં પીળા ફૂલ થાય છે. **ફળનો** કૃમિનાશક, મરડામાં **છાલનો લેપ** ખીલ, સંધીવાના સાંધા ઉપર પીડાહારક, મરડામાં **મૂળની છાલ**-જંતુનાશક અને હાડકાના દુઃખાવામાં વપરાય છે. **મૂળ** તથા **ફળ** સર્પદંશના ઉપચારમાં ઉપયોગી છે.

(૭૭) મુસળી

હિન્દીઃ **मूसली** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Chlorophytum borivilianum***

પ્રથમ વરસાદ પડ્યે થોડા દિવસોમાં જ ઉગી નિકળતો નાનો છોડ પાનખર, સૂકા, જંગલોમાં રેતાળ જમીનમાં જોવા મળે છે જેના મૂળ રસદાર જાડા તંતુઓમાં ફેલાયેલા હોય છે. પાન લાંબા અણીદાર અને ફૂલ પીળા થાય છે. આ છોડનું આયુષ્ય એકાદ મહીનો જ હોય છે. મૂળની ગાંઠમાંથી **છાલ** કાઢી સુકવીને તેનો પાવડર દૂધ સાથે તેમજ સાલમપાકમાં શક્તિવર્ધક તરીકે ઉપયોગી છે.

(૭૮) રતનજોત

હિન્દીઃ **रतनजोत** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Jatropha curcas***

મોટા છોડ લીલી રસદાર ડાળીઓ સાથે રસ્તા કે ખુલ્લી રેતાળ જમીનોમાં થાય છે. વાડ તરીકે ઉછેરવામાં આવે છે. **બીજ** અને **તેલ** તીવ્ર રેચક, કીટાણું નાશક, ચેપનાશક તથા **મૂળ** અરૂચિમાં ઝાડામાં, પેઢામાં લોહી પડવું, સોજા વગેરે બિમારીમાં વપરાય છે. **તેલ** સાબુ ઉદ્યોગમાં વપરાય છે. હાલમાં આવા તેલમાંથી Bio-diesel નામનું એન્જીન ઓઈલ મેળવવામાં આવેલ છે. જે વાહનોમાં બળતણ તરીકે વપરાય છે. બાળકો રતનજ્યોતના ફળ/બીજ ખાય નહીં તેની કાળજી રાખવી જોઈએ.

(૭૯) રૂખડો

હિન્દી : गोरक्षी | **વૈજ્ઞાનિકઃ *Adansonia digitata***

મૂળ વતન આફ્રિકા -થડ પિરામિડ આકારનું અંદરથી પોલુ હોય છે. વર્ષનો વધુ ભાગ, લગભગ પર્ણો વિના રહેતું, લીસી, સહેજ ચળકતી છાલ ધરાવતું આ વૃક્ષનું થડ ખૂબ જ જાડું હોય છે અને થોડી ઊંચાઈએ જતાં અચાનક સાંકડું થઈ જાયછે. તેની **છાલમાંથી** એડિનસોનીસ નામનું કડવું તત્વ છાલને ઉકાળીને ઉકાળારૂપે મેળવાય છે. જે ખાસ કરીને એકાંતરે આવતા તાવમાં ઉપયોગી છે. તેના **ફળનાં** ગરનો ઉપયોગ થોડી માત્રામાં છાસ સાથે ઝાડની વ્યાધિમાં કામ આવે છે. ઉપરાંત ફળનો ગર ચર્મરોગો પર પણ ઉપયોગમાં લેવાય છે. આના ફૂલ રાત્રી પક્ષીઓ દ્વારા પરાગનયન પામે છે. ફૂલ રાત્રે જ ખીલે છે. **ફળના ગર્ભનો** શરબત દવામાં વપરાય છે.

(૮૦) રોશા ઘાસ

હિન્દીઃ रोशा | **વૈજ્ઞાનિકઃ *Cymbopogon martinii***

સુવાસિત વાસ ધરાવતી આ ઘાસના નિષ્યંદનથી **રોશા-તેલ** નામનું સુવાસિત (એરોમિટિક) તેલ મેળવાય છે. જે સંધિવાત, લંબેગો વગેરે જેવા શરીરના અને મણકાના દુઃખાવા પર અન્ય તેલ સાથે ભેળવીને માલીશના રૂપે ઉપચારમાં લેવાય છે. (તેની જ જાત વાળો) **ઘાસને** ચા સાથે ઉકાળીને પીતા ખાસ કરીને ગળાના દોષો અને પેટની વ્યાધિઓમાં ફાયદો થાય છે. તેનું **તેલ** ઘાસ્વર જેવા ચર્મ રોગમાં પણ રાહત આપે છે.

(૮૧) લીડીપીપર

હિન્દીઃ लींडीपीपर | **વૈજ્ઞાનિકઃ *Piper longum***

નાનો વર્ષાયું છોડ દરેક જગ્યાએ જોવા મળે છે. તેનો **અર્ક** ઉત્તેજક વાયુ સારક, સ્વાસ્થ્યકારક, શક્તિવર્ધક, કૃમિનાશક અને ગર્ભાશય સ્ત્રાવ રોધક છે. **મૂળનો પાવડર** દમ, સ્ત્રીનાં કમરના દુઃખાવા માટે, ગેસની તકલીફમાં, અને આફરામાં વપરાય છે. ઉનાળામાં છોડ સૂકાઈ જાય છે અને વરસાદ પડ્યે નીચે મૂળમાંથી ફરી નિકળી વિકાસ પામે છે. જૂની **ખાંસીમાં** લીંડીપીપર અને મધ **અકસીર** દવા છે.

(૮૨) લીમડો

હિન્દીઃ **નીમ** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Azadiracta indica***

ભારતમાં સર્વત્ર કોઈ પણ પ્રકારની જમીન ઉપર થતું એક વિશાળ વૃક્ષ છે. તે અર્ધ સદાહરિત અને સરળતાથી ઝડપી ઉગે છે. તેના પર સફેદ ફૂલ આવે છે. લીમડાના સેવનથી ઘણા રોગો મટે છે. ખાસ કરીને ચૈત્ર સુદ પડવાને લીમડાના પાન અને ફુલ મરી તથા સિંધવ પ્રમાણસર મેળવી તે રસ પીવામાં આવે તો આવતા ઉનાળામાં થતા ગરમીના રોગો તથા અળાઈ થતી નથી. આ રસ ૧૫ દિવસ સુધી રોજ સવારે પીવામાં આવે તો આખા ઉનાળાનો સંતાપ સતાવતો નથી. તેમજ કોઈપણ ગરમીના વ્યાધિઓ થતાં નથી. મચ્છરો મારવા તેનો **ધૂમાડો** કરવામાં આવે. ઘરમાં ઓળી અછબડા થાય હોય તો લીમડાની ડાળ ઘરના બારણે બાંધવામાં આવે છે. ચામડીના રોગોમાં લીમડાનાં પાન પાણીમાં ઉકાળીને પાણીથી નવડાવવામાં આવે છે. સુવાવડી સ્ત્રીને તેના પ્રસવ બાદ ત્રણ ચાર દિવસ લીમડાનો **રસ** પાવાથી સુવા રોગ થતા નથી. તેના **બીજનું તેલ** કૃમી નાશક છે. જે ચામડીના રોગોમાં વપરાય છે.

(૮૩) વાંસ

હિન્દીઃ **बांस** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Dendrocalamus strictus***

વાંસ ૧૫-૨૦ ફૂટ લાંબો વધે છે. તેના પર લાંબા પાતળાં પાન આવે છે. વાંસના ઝુંડના ઝુંડ થાય છે. કુમળા ફૂટતા ફણગામાં ઘણું જોર હોય છે. પત્થરને ઉથલાવી કાઢી ફૂટે છે. આ ફણગાનું અથાણું બનાવવામાં આવે છે. આ સિવાય વાંસમાંથી ટોપલાં, ટોપલી, ખુરશી, છાપરાં, ભીંતો વગેરે બનાવવામાં આવે છે. વાંસ ઈમારતી કામમાં ઘણો વપરાય છે. તેના થાંભલા, પાલખ વગેરે બનાવવામાં આવે છે. વાંસમાંથી વાંસનું કપૂર નીકળે છે. તે ખાંસીમાં તથા દવાના ઘણા ઉપયોગમાં લેવાય છે. બહુ મૂત્રમાં વાંસના લીલા અથવા સૂકા પાનનો ઉકાળો આપવામાં આવે છે. વાંસ વાવવાથી વંશવેલો વધે છે અને સંતાનો દિર્ધાયુ થાય છે એવી માન્યતા છે.

(૮૪) વડ

હિન્દીઃ बरगद **વૈજ્ઞાનિકઃ *Ficus benghalensis***

વડનું ઝાડ બહું મોટુ અને ઘટાદાર હોય છે. તે ઝાડને પૂજ્ય માનેલું છે. વટ સાવિત્રીના વ્રત વખતે તરૂણી કુમારીકાઓ આ ઝાડની પૂજા કરે છે. આ ઝાડની શીતળ છાયામાં હજારો માણસો ઉનાળામાં આશ્રય લે છે. ગુજરાતમાં નર્મદા નદીના કાંઠે શુકલતીર્થ પાસે મોટો જૂનો કબીર વડ છે. તેને સાડાત્રણસો વડવાઈઓ છે. આ વડની નીચે પાંચ હજાર માણસો આરામ લઈ શકે છે. વડના ઝાડના ડાળમાંથી વડવાઈઓ ફૂટીને જમીન તરફ વધતી જઈ જમીનમાં મુળ નાખે છે. જેથી વડનો વિસ્તાર વધતો જાય છે. વડની વડવાઈનું **દાતણ** કરવાથી દાંત મજબૂત રહે છે તથા ચોખ્ખા થાય છે અને સડતાં નથી.શારીરિક શક્તિ મેળવવા પતાસામાં વડનું દૂધ એકઠું કરી રોજ તાજુ ખાઈ જવું. ધાતુ વિકારોમાં વડનું દૂધ ઉત્તમ છે. તેના **પાનના પતરાળા** બનાવવામાં આવે છે. વડનું દૂધ સુર્યોદય પહેલાંજ મેળવી શકાય છે. કલકતા પાસે હાવડા બોટનિકલ ગાર્ડનમાં વડનું મોટામાં મોટું ઝાડ આવેલું છે.

(૮૫) વછનાગ

હિન્દીઃ बचनाग **વૈજ્ઞાનિકઃ *Gloriosa superba***

ખાનદેશ તથા સાતપુડા પર્વતમાં આના છોડ ઘણા પ્રમાણમાં થાય છે. જૂજ જ ચોમાસામાં જોવા મળતી વેલ છે. આના ફૂલ લાલ પીળા ખૂબ સુંદર હોય છે. તેના મૂળ દૂધ જેવા સફેદ હોવાથી તેનો દૂધિયો વછનાગ પણ કહે છે. ગામડામાં આને વઢવાઢિયો કહે છે. તેના **મૂળ** ઘણાં ઝેરી તથા તેને વછનાગ કહે છે. મૂળ કાળા તથા વજનદાર શ્રેષ્ઠ હોય છે. તેનો **લેપ** ઘણા રોગો પર અસર કરે છે. સંધિવાની વેદના પર લીમડાના રસમાં તેના ફળ ઘસીને ચોપડવાંથી રાહત થાય છે. બળતરાવાળા તાવામાં પરસેવો લાવી તાવ ઉતારવા માટે ત્રિભુવન કિર્તીમૃત્યુજય કફકેતુ વગેરે રોગોમાં વપરાય છે. તેનાં ફૂલ રંગબેરંગી ઘણાં રૂપાળાં હોય છે. તેના **ફળ** ઘરના છાપરે નાખવાથી ઘરમાં કલેશ લડાઈ ઝઘડા થાય એવી જનતામાં માન્યતા છે. **ઝેરી હોવાથી વૈદ્ય સિવાય યા જાણકાર સિવાય કોઈએ ઉપયોગ કરવો નહિં.**

(૮૬) વાવડીંગ

હિન્દીઃ **वार्यावेड** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Embelia ribes***

વાવડીંગનો છોડ ઊંચો પાંચ ફૂલ જેટલો વધે છે.તેના પાન પાંચ આંગળ લાંબા તથા ત્રણ આંગળ પહોળા હોય છે. તેના ઝાડા પર આવતા ફળના ગુચ્છન.વાવડિંગ કહે છે. **વાવડિંગ** કૃમીનાશક હોવાથી બાળકોમાં વધારે વપરાય છે. સામાન્ય રીતે પેટમાં કૃમી ન પડે માટે બાળકોને દૂધમાં ચાર પાંચ દાણા ઉકાળીને ગાળીને પાવામાં આવે છે. ચપટાં કૃમિઓને તે સારી રીતે નષ્ટ કરે છે. મધ સાથે વાવડિંગ મેળવી રોજ બે એક ચમચી લેવાથી પેટના વિકારો થતા નથી અને ઘડપણ પણ જલ્દી આવતું નથી. વાયડિંગ એક વિશાળ જાડી ક્ષુપ આકારની વેલ છે.

(૮૭) વિકળો

હિન્દીઃ **विकलो** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Maytenus emarginata***

ઘણી ડાળીઓવાળું ક્ષુપ ઉપરની નાની કાળી લાલ બદામી રંગની, પાન લંબગોળ, લીસા ચળકતા અને સુંવાળા હોય છે. કાંટામાંથી પાન નીકળતા હોય તેમ દેખાય છે. ડીસેમ્બર ફેબ્રુઆરી દરમ્યાન ફૂલ આવે છે. **પાન** કમળાના રોગથી અકસીર દવા તરીકે વપરાય છે. **છાલને** વાટી એરંડીવાળા **તેલ** માથામાં નાખવાથી દુઃખાવામાં તેમજ **પાનની રાખ** અને ઘીનું મિશ્રણ ચામડીના ચીરા વાઢીયા ઉપર લગાડવાથી મટે છે.

(૮૮) વિંછી કાંટો

હિન્દીઃ **खोलकी** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Acalypha indica***

સર્વત્ર જોવા મળતો આ નાનો છોડ ઋતુ મુજબ દર વર્ષે ઉગતો વાર્ષિક છોડ છે. પાંદડાની લંબાઈ કરતાં તેનાં પર્ણદંડ વધુ લાંબા હોય છે.ઘણી બધી ત્રાંસી અને મુલાયમ વાળવાળી ડાળીઓ ધરાવે છે. બે ફૂટ જેટલી ઊંચાઈ હોય છે. આ છોડમાં એકાઈલીનીન નામનું આલ્કલોઈડ હોય છે. છોડ ઉધરસ મટાડનાર રેચક, મૂત્ર પ્રવાહ સહેલો કરનાર હોય છે. અસ્થમા, ન્યૂમોનિયા અને રૂમેટીઝમ પર તેનો ઉપચાર પ્રચલિત છે. તેના **પાન**ના રસને આદુના રસ સાથે લેતાં પેટમાંના કૃમિનો નાશ થાય છે.

(૮૯) શંખપુષ્પી

હિન્દી : **शंखपुष्पी** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Evolvulus alsinoides***

નાનો છોડ પડતર રેતાળા જમીનમાં પથરાયેલો જોવા મળે છે. પાન ભાલાકાર અને ફૂલ સફેદ જાંબલી રંગના હોય છે. આખા છોડ ઉપર સૂક્ષ્મ રૂંવાટી હોય છે. પાનનો અર્ક જ્ઞાનતંતુ માટે તીવ્ર શક્તિવર્ધક અને તાવ રોધક છે. **પાનની ધુણી** દમ અને શ્વાસના રોગોમાં ઉપયોગી છે.

(૯૦) શતાવરી

હિન્દીઃ **सतावर** વૈજ્ઞાનિકઃ ***Asparagus racemosus***

શતાવરી વેલા કાંટાવાળા ૨-૪ ફૂટ ઊંચા વધે છે. તેના પર સુવાના છોડ જેવાં પાન ઝીણાં પાતળા આવે છે. ડાળીના મૂળથી છોડવા સુધી બન્ને બાજુ પાન તાંતણાં જેવા ફેલાયેલા રહે છે. તેના પર સફેદ રંગના નાના સુવાસવાળા ફૂલો આવે છે. તેના છોડ પર ઝીણાં કાંટા હોય છે. ચણી બોર જેવા નાના ફળ આવે છે. જે પાકેથી લાલ થઈ જાય છે. એના સો થી હજાર મૂળો હોય છે. જે શીંગો જેવા હોય છે. આ **મૂળ** દવામાં વપરાય છે. શતમુળીયાં સહસ્તમૂળી તેનું નામ તેના મૂળો પરથી પડ્યુ છે. મૂળ ખોદવાથી સુતરના તાંતણાંના ઝુમખા જેવા ઝુમખા નીકળે છે. મૂળ પરથી પીળી પાતળી છાલ કાઢી નાખવાથી અંદર સફેદ રંગની શીંગ જોવા મળે છે. તે મધુર લાગે છે. જનનીને દૂધ વધારવા તેનો **પાવડર** દૂધમાં પીવડાવવો જોઈએ પુષ્ટિ તથા ધાતુ વુદ્ધિ માટે દૂધમાં એક ચમચી. ચૂર્ણ ઉકાળીને નિત્ય પીવાથી ફાયદો થાય છે. રક્ત શુદ્ધિ માટે તેનું શરબત બનાવી વપરાય છે.

(૯૧) શિકાકાઈ

હિન્દી : शिकाकाई વૈજ્ઞાનિકઃ ***Acacia sinuata***

વેલાની જેમ આધાર સાથે ચઢતું મધ્યમ આકારનું વૃક્ષ જંગલમાં થાય છે. તેની શીંગોમાં રેનીન પુષ્કળ પ્રમાણમાં હોવા ઉપરાંત વસ્તુઓને સ્વચ્છ કરવાના ગુણધર્મો હોવાથી તેનો તેનો ઉકાળીને મેળવેલો અર્ક સ્ત્રીઓના વાળ ધોવામાં અને સાબુ તેમજ શેમ્પુની બનાવટમાં પુષ્કળ પ્રમાણમાં થાય છે. **પાન** અને થોડા **ફળનો** ઉકાળો ઓછી માત્રામાં ગાળીને રાહત આપનાર તથા વધુ માત્રામાં રેચક અને ઉલટી કરાવનાર તરીકે વપરાય છે.

(૯૨) સર્પગંધા

હિન્દી : छाटाचांद વૈજ્ઞાનિકઃ ***Rauwolfia Serpentina***

નાનો રૂવાટીવાળો છોડ બગીચા - ઘર આંગણે ઉછેરવામાં આવે છે. એક ગાંઠ ઉપર પાન ચક્રાકાર અને આધાર પર સાંકડા હોય છે. ફૂલ સફેદ અને ગુલાબી તથા ગુચ્છામાં થાય છે. અહી જૂજ જોવા મળે છે. શોભાના છોડ તરીકે કુંડામા પણ ઉછેરવામાં આવે છે. **મૂળ** નિંદ્રકારી, પીડાકાર, ઉન્માદમાં ખાસ અસરકારક રક્ત સ્ત્રાવ ઘટાડવામાં અસરકાર છે. **મૂળનો ઉકાળો** કષ્ટ પ્રસુતિમાં ગર્ભાશયનું હલનચલન વધારવા, આંતરડાના દુખાવામાં અને **પાનનો રસ** ખાંખની કીકીની છારી મટાડવા વપરાય છે.

(૯૩) સપ્તપર્ણી

હિન્દીઃ छालित અંગ્રેજીઃ ડેવિલ્સ ટ્રી વૈજ્ઞાનિકઃ ***Alstonia scholaris***

સપ્તપર્ણી ઝાડ બહુજ મોટું હરિયાળું હોય છે. વૃક્ષની ડાળીઓ પાંદડા વગેરેમાં સફેદ દૂધ જેવા, કડવો રસ અને છાલ ખરબચડી અને ઘેરી રાખોડી હોય છે. જેવાં, સદાહરિત ઝડપથી વધતું વૃક્ષ છે. વૃક્ષની સૂકવેલી **છાલ** અતિસાર મરડા તથા મેલેરિયાના તાવમાં ઉપયોગી છે. ચામડીના રોગો માટે પણ લાભદાયક છે. દરેક ભાગ કડવો હોય છે.

(૯૪) સમુદ્રસોખ

હિન્દીઃ **समंदर सोख** **વૈજ્ઞાનિકઃ** ***Argyreia nervosa***

મોટી, સફેદ રસદાર જાડી વેલ મોટા પાન તથા આછા તથા ગુલાબી રંગના ફુલ સાથે જોવા મળે છે. જે બગીચામાં ઉછેરવામાં આવે. પાન હૃદયાકાર મોટા ઉપર લીલા રૂંવાટી રહિત નીચે સફેદ સુક્ષ્મ રૂંવાટી યુક્ત. **મૂળનો રસ** સંધીવામાં ઉપયોગી છે. ચેતાતંત્ર ઉપર અસર કરે છે. ચામડીના રોગો મટાડવા, ઘા રૂઝવવા તેમજ ટોનીક તરીકે ઉપયોગ થાય છે.

(૯૫) સલાઈ

હિન્દીઃ **सलाई** **વૈજ્ઞાનિક.:** ***Boswellia serrata***

પીળાશ પડતી સફેદ છાલ પાતળા ફોતરા સ્વરૂપે સમગ્ર થડ પરથી ઉખતી જોવા મળતું આ વૃક્ષ ૩૦ થી ૩૫ ફૂટ ઊચુ જંગલમાં સમુહમાં જોવા મળે છે. હંમેશા દવ લાગતા જંગલોમાં તે ધાવડો અને સાદડ સાથે ખાસ જોવા મળે છે. તેના બીજ હલકા અને પાંખોવાળા હોય છે. તેમાંથી નિકળતો **ગુંદર** "ગમ રેઝીન" પ્રકારનો હોય છે. ધૂપ અને અગરબત્તીમાં ઉપયોગી હોવા ઉપરાંત તેનો **ધૂમાડો** જંતુનાશક ગણાય છે. લીંબુનો રસ અને ટોપરાના તેલ સાથે **ગુંદર** મેળવી બનાવેલ મલમ ચામડીના ગુપ્ત રોગો પર ઉપયોગી ગણાય છે.

(૯૬) સરગવો

હિન્દીઃ **सहजना** **વૈજ્ઞાનિકઃ** ***Moringa oleifera***

સરગવાનું ઝાડ ઘણું જ બરડ એટલે કે જલ્દી તૂટી જાય તેવું હોય છે. તેના કુમળા પાન, ફૂલ, શીંગોનું શાક થાય છે. વાયુની વ્યાધિઓમાં તે સારૂ કામ આપે છે.વહેતા કાનમાં સરગવાના સુકવેલાં **ફળનો પાવડર** નાખવાથી મટે છે. સરગવાના **મૂળનો કાઢો** કરી પીવાથી પથરી તુટે છે. માણસના હાડકાને મજબૂત કરવા માટે તથા લંબાઈ વધારવા માટે સરગવાની **શીંગના શાક**નો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. પાનખર વૃક્ષ છે.

(૯૭) સીતાફળ

હિન્દીઃ सरीफा **વૈજ્ઞાનિકઃ *Annona squamosa***

સીતાફળનું ક્ષુપ બધે થાય છે. તેનું ઝાડ ૧૦ ફૂટ જેટલું ઊંચુ હોય છે. તેના પાન અસોપાલવ પાન જેવાં હોય છે. ચારપાંચ વર્ષે ફળે. તેના ઉપર ફૂલો શ્રાવણ માસ થી આસો સુધી અને ફળ આસો કારતક બેસે છે. ફળમાંથી મીઠો સ્વાદિષ્ટ ગર્ભ નીકળે છે. બી કાળા હોય છે. સીતાફળ ઘણું ઠંડુ છે તેથી તેની સીતાફળ કહે છે. સીતાફળ પૌષ્ટિક અને પિત્તનાશક છે. માથામાં પડેલી જુ તથા લીખો મારવા માટે તેના **બીનો** ઉપયોગ કરી શકાય. બી ચૂર્ણ કરવું. પછી પાણીમાં મેળવી માથે ચોપડવું આપણી આંખોમાં જવા દેવું નહીં. પછી માથે ઘટ કાપડા બાંધી રાખવાથી બધી જું મરી જશે.

(૯૮) સાટોડી

હિન્દીઃ साटोडी **વૈજ્ઞાનિકઃ *Boerhavia diffusa***

જમીન ઉપર ફેલાતી રસદાળ વનસ્પતિ દરેક જગ્યાએ જોવા મળે છે. જેના પાન અનિયમીત જોડીમાં દરેક ગાંઠ ઉપર લંબગાળો અને જાડા હોય છે. જાંબલી રંગના ફૂલ બારેમાસ જોવા મળે છે. **મૂળનો** ઉપયોગ દમ, પેટના દર્દો, કમળો, મસા, હૃદયરોગ, કફ માટે દવામાં વપરાય છે. પાનમાં પુર્નજીવન નામનો આલ્કેલાઈડ થાય છે. જે મૂત્રવિરેચક છે અને જલંધર, કમળો અથવા પ્રમેહમાં વપરાય છે.

(૯૯) સુખડ (ચંદન)

હિન્દીઃ चंदन **વૈજ્ઞાનિકઃ *Santalum album***

મધ્યમ કદનું સદા હરિત વૃક્ષ પાનખર ભેજવાળા જંગલોમાં જોવા મળે છે. તેનું થડ કાળું હોય છે. ડાળીઓ નીચે તરફ ઝૂકેલી, છાલ કાળી ખરબચડી તથા પાન સામ સામે ચળકાતા હોય છે. આછા જાંબલી રંગના ફુલ તથા જાંબલી કાળા રંગના ફળ થાય છે. પાકટ લાકડા તથા મૂળના ભાગમાં સુંગધિત દ્રવ્ય હોય છે. ૧૫ વર્ષે પરિપક્વ થાય છે. પરંતુ ૪૦ વર્ષનું ચંદન ઉત્તમ મનાય છે. લાકડું પાણીમાં ઘસી **માવો** બનાવી માથાનો દૂ:ખાવો, તાવ, સોજો દર્દ દૂર કરવામાં તેમજ **તેલ,** પ્રમેહ, પેશાબની નળી, કોથળીનો સોજા અને પથરીના દર્દમાં વપરાય છે.

(૧૦૦) હળદર

હિન્દીઃ हल्दी **વૈજ્ઞાનિકઃ *Curcuma longa***

હળદરનો છોડ ત્રણ ચાર ફૂટ ઊંચો હોય છે. તે વર્ષાયું છે. આદુની જેમ લીલી હળદર ગાંઠીયા જમીનમાં મૂળ સાથે થાય છે. તેના પાન કદલીના છોડ જેવા હોય છે. હળદરનો રંગ પીળો હોય છે. લીલી હળદર કચુંબર તરીકે ખવાય તો રક્ત શુદ્ધિ થઈ શકે. આપણાં ખોરાકમાં હળદર દરરોજ વપરાય છે. હળદર પિત્ત નિર્માણ કરે છે. શરીરમાં પિત્ત એ અગ્નિ સ્વરૂપ છે. તેથી હળદર જીવન તત્વ આપતો પદાર્થ છે. વાગેલા ઘા ઉપર વહેતુ લોહી બંધ કરવા **હળદર**નો ઉપયોગ કરી શકાય. કુતરૂ કરડે ત્યારે બેઠેલા દાંત ઉપર હળદર અને લાલ મરચું દાબી દેવાથી હડકવાનો ભય દૂર કરી શકાય. મૂત્ર માર્ગના બધા દર્દો પર હળદર સારુ કામ કરે છે. નેત્ર રોગ, સોજા ઉપર, ખાંસી ઉપર તેમજ શરદીમાં સારૂ કામ કરે છે. હળદર એ સલ્ફાડ્રગ જેવું કામ પુરૂ પાડે છે.

(૧૦૧) હરડે

હિન્દીઃ હરડે **વૈજ્ઞાનિકઃ *Terminalia chebula***

ગુજરાતના વનોમાં વૃક્ષો જોવા મળે છે. નાની કાચી હરડે ઝાડ પરથી ખરી સૂકાઈ જાય તે હિમજ અથવા બાલ હરડે કહેવાય છે. પરિપક્વ મોટી હરડે સુરવારી કહેવાય છે. લાંબી વજનદાર પાણીમાં ડૂબવાવાળી તથા ૨ થી વધારે તોલા વજવાળી હરડે શ્રેષ્ઠ છે. જેમ વધારે વજન તેમ કિંમતી મનાય છે. હરડેને માતા તુલ્ય કહી છે જેની મા મરી જાય તેની મા હરડે છે. માની મમતાની જેમ હરડે માવજતથી બાળક સ્વસ્થ રહે છે. હરડેના સેવનથી તંદુરસ્તી મળે છે. હરડેની સાત જાતો હોય છે. તે બધી જ ઉપયોગી છે. **હરડે**નો ખાસ ઉપયોગ વિરેચન ઝાડો સાફ લાવવા માટે છે. આ સિવાય તેનો અનેક ઉપયોગો છે. વિરેચક બધી દવાઓમાં તેને શ્રેષ્ઠ માની છે. કારણ તેનો ગ્રાહી ગુણ હોવા છતાં વિરેચનનું કાર્ય અદભૂત છે. જેથી તે વિરેચન સિવાય આંતરડાને બળવાન બનાવે છે. મરેલા ઢોરના ચામડાને મજબૂત નરમ બનાવવા માટે તેનું પાણી વપરાય છે. તો પછી જીવતા આંતરડાના સ્નાયુઓને તો તે વધારે બળ અને કુમાશ આપે જ છે. નવા પર્ણો સુંદર સુલાયમ સુક્ષ્મ રૂંવાટી યુક્ત હોય છે.

(૧૦૨) કુંવારપાઠુ

હિન્દી: अेलुआ **વૈજ્ઞાનિક: *Aloe vera barbados***

કુંવારપાઠું સદા લીલું રહેલું બારેમાસ સર્વત્ર ઉપલબ્ધ છે. તેના પાનના અંદરનો **પોચો ગર્ભ** આયુર્વેદિક ચિકિત્સા પદ્ધતિમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે. આનો ઉપયોગ ઔષધિય યોગો અને સૌંદર્ય પ્રસાધન સામગ્રીઓ બનાવવામાં વપરાય છે. કુંવાર, પેટના અને કબજીયાતમાં ગુણાકારી, શીતળ, દીપન, પાવન અને દાહ શામક છે. **રસ** શીતળ હોવાથી દાઝયા ઉપરની બળતરા અટકાવે છે. આંખો માટે ગુણકારી, રસાયણ, બળવર્ધક, રક્તવિકાર અને ચામડીના રોગોનો નાશ કરનાર છે.

(૧૦૩) ઈસબગુલ

હિન્દી: इसबगोल **વૈજ્ઞાનિક : *Plantago ovata***

ઈસબગુલ તેના બીજ અને ભુસા માટે વિશ્વવિખ્યાત છે. તેના **બીજ** અને **ભુસા**નો કબજીયાત, પેટના વિકારોમાં ઔષધિકીય રીતે ઉપયોગી છે. તેના **બીજ**ના **તેલ**માં કોલેસ્ટ્રોલ ઓછા કરવાના ગુણો ધરાવે છે.

(૧૦૪) ફુદીનો

હિન્દી: मेंथोलमींट **વૈજ્ઞાનિક : *Mentha arvensis***

ફુદીનો ભારતમાં સર્વ થાય છે. જે ખાદ્ય પદાર્થ અને ઔષધિરૂપે કરવામાં આવે છે. જેની અનેક જાતિઓ પ્રજાતિઓ છે. ફુદીનાના **તેલનો** ઉપયોગ મુખ્યત્વે ઔષધિ, ખાદ્ય અને સૌંદર્ય પ્રસાધન સામગ્રીમાં ઉપયોગ લેવામાં આવે છે.

(૧૦૫) લેમન ગ્રાસ

હિન્દી: નીંબુ ઘાસ **વૈજ્ઞાનિક : *Cymbopogon pendulous***

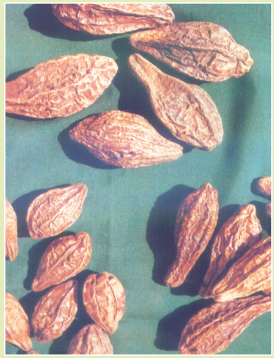
આ ઘાસમાંથી સુગંધિત **તેલ મળે** છે. જે ઔષધિરૂપે, સૌંદર્ય પ્રસાધનો અને સાબુમાં ઉપયોગ થાય છે. લેમન ઘાસનો ઔષધિ અને સોડમ માટે ચા માં પણ ઉપયોગ થાય છે.

अन्नात् भवंति भुतानि पर्जन्यादन्न संभव ।
यज्ञाद भवति पर्जन्या यज्ञः कर्म समुदभव ।।

અન્નથી પ્રાણી માત્રનું પોષણ થાય છે. ઉન્ન ઉત્પાદન માટે પાણીની જરૂર છે અને જળપ્રપ્તિ (વરસાદ) વનોથી થાય છે. જેથી વન ઉછેરનું યજ્ઞકાર્ય કરવું જોઈએ.

यतेत भूमि विखनामी क्षिपंतदपि राहतु ।











વન વિભાગ
ગુજરાત રાજ્ય

પ્રકાશન અને સંપર્ક વિભાગ, ગાંધીનગર.